

Njegova Svetost dalaj-lama

DALAI LAMA

**Savjeti o umiranju i boljem
životu**

Prijevod djela: Advice on dying and living a better life.

Svatko umire, ali nitko nije mrtav.
TIBETSKA IZREKA

Predgovor

Tibet je poznat po svom dubokom pronicanju u dubine ljudskoga uma. Kao riznica buddhističkog nauka, Tibet je dugo održavao tradiciju duhovnog vježbanja i učenja usmjerenu na izražavanje tih dubokih stanja uma i njihovu primjenu za postizanje duhovnog napretka. Ja sam pak svoje naukovanje o tim sustavima započeo koncem 1962. u Tibetsko-mongolskom samostanu u New Jerseyju. Dok sam tako u tom samostanu živio skoro pet godina, naučio sam tibetski jezik, a uz to sam meditirao i izučavao široku lepezu tema. To mi je omogućilo da, kad sam se u ljeto 1968. vratio u samostan, uzmognem valjano ocijeniti veličanstveno izlaganje o raznim temama - kako velikim tako i malim - iz usta vremešnog lame Kensura Ngawanga Lekdena, čovjeka koji je 1959., kad su kineski komunisti provalili u Tibet, bio opat samostana Tantra u Lhasi, prijestolnici te zemlje. Na svom je izlaganju lama nekoliko puta spomenuo duboku knjigu o smrti što ju je donio sa sobom. Objasnio je kako je ta knjiga silno korisna kad se približimo kraju života, i to zato što detaljno opisuje sve dublja umna stanja kroz koja prolazi samrtnik, ali nam i govori kako da se za njih pripremimo. Zatim je dodao kako kroz iste faze prolazimo i svakodnevno kad odlazimo na počinak ili se budimo iz sna, baš kao i kad padamo u nesvijest, kišemo ili doživljavamo orgazam.

Ostao sam duboko zadivljen.

Već sam po laminom kratkom izlaganju sadržaja te knjige shvatio da je naša uobičajena razina svijesti vrlo površna u usporedbi s tim dubljim stanjima. Poželio sam o tome doznati više, pa ga zamolio da me uputi u taj tekst, ali je on to odložio za neku drugu zgodu. Napokon sam 1971. krenuo, zahvaljujući Fulbrightovoj stipendiji, na nekoliko mjeseci izučavanja u društvu jednog od laminih tibetskih učenika, a koji je predavao u Njemačkoj na Hamburškom sveučilištu. Tu sam odsjeo u nečemu što bi se najbolje dalo opisati kao veliki ormar. Prijatelj je tibetskog učenjaka iznad prozora u ostavi napravio uzani ležaj do kojeg su vodile ljestvice, a ispod njega postavio sićušni pisaći stol. Jedne noći, na samom početku mog boravka, u uzbudljivom mi se snu pojavio lama i to u blistavom vlastitom liku ali sa šest godina, i bez ožiljaka od boginja što ih je inače imao na licu kao odrasli čovjek. Stao mi je na prsa pa izjavio: »Vratit ću se.« Tada sam shvatio da je umro.

Produžio sam za Indiju, u kojoj sam ostao preko godinu dana, i pritom poslušao dva niza predavanja Njegove Svetosti dalaj-lame, za mnogih se audijencija s njim upuštao u duge rasprave, dobivao od njega privatnu poduku, preveo njegov tekst o rastu vezanosti za svijet i praznini, a osim toga i poslužio kao prevodilac družini studenata koja je zatražila da ih primi. Vrativši se u

Sjedinjene Države, otišao sam ravno u samostan u New Jersevju, s namjerom da pretražim stvari lame Kensura Ngawanga Lekdena i pronađem knjigu o umiranju.

I onda sam je na svoju radost i našao!

Pročitao sam je i od dvojice lama zatražio tumačenje. Knjiga je na meni ostavila dubok trag. Ona i površne i duboke razine uma opisuje tako živo da nam omogućuje zamišljanje kako, na tom krajnjem putu preobraženja, sve dublje i dublje prodiremo u um. Shvativši da bi ta građa mnogima bila dragocjena, upitao sam Njegovu Svetost dalaj-lamu bi li mogao napisati komentar o jednom drugom tekstu na istu temu, naime o pjesmi što ju je u sedamnaestom stoljeću napisao prvi pančen-lama (a koju je već bio prokomentirao autor knjige o umiranju koju sam netom bio pročitao). Izrazio sam mišljenje da bi se tako dobila pristupačnija knjige, i dalaj-lama se s tim složio.

Nekoliko su me dana kasnije pozvali u unutrašnji ured Njegove Svetosti, pa sam, opremljen magnetofonom, sjeo pred njega. Njegova je Svetost, crpeći pri tumačenju tog teksta iz širokog dijapazona predaja i iskustava, razložila do živih pojedinosti strukturu buddhističke dubinske psihologije baš kao i sam proces umiranja i razdoblje od smrti do sljedećeg života. Pritom je dalaj-lama opisao i kako uvježbani jogini izražavaju duboke razine svijesti potrebne za duševni preobražaj. Dirljivim je riječima govorio o vrijednosti stalne svjesnosti o vlastitoj smrti, o tehnikama njezina postizanja, o svladavanju straha u trenutku smrti, a također i o onom međustanju između dva života te o pomoći drugim umirućima. Njegove su pouke srž ove knjige.

Da bih u vama stvorio nekakvu predodžbu o tome kakav je dojam kod mene tog dana stvorio dalaj-lama, dopustite mi da citiram nekoliko bilježaka iz moje knjige Kultiviranje sućuti (Cultivating Compassion), gdje raspravljam o meditiranju o naravi stvarnosti:

Dalaj-lama vam savjetuje da se prepustite takvoj meditaciji o nekome ili nečemu do čega jako držite, ali tako da doživljaj praznine ne protumačite krivo, to jest kao obezvrjeđivanje subjekta - do njega ćete i dalje jako držati, ali ćete ga sad sagledati na drugi način. U doba kad me je podučavao o tome u svom uredu u Indiji, moj je doživljaj bio izvanredno jak. Jednoga popodneva, dok sam ga promatrao preko pisaćeg stola - a iza leđa mu se širio niz prozora - sunce se već bilo spustilo prilično nisko nad dolinom Kangra. Predmet su našeg razgovora bile faze umiranja - bilo je to duboko izlaganje dubljih razina uma, razina na kojima je izgrađena ne samo smrt, nego i sve svjesno iskustvo. Kad govori tibetski, dalaj-lama posjeduje nevjerojatno snažan izraz - jer govori istodobno i vrlo brzo i vrlo jasno - pa na jednu temu usmjeruje silno mnoštvo različitih učenja. Prizor je bio blistav zbog sjaja sunca preko čitavog jarko narančastog neba - kao na drugom stupnju četiri suptilne svijesti kroz koje prolazimo u trenutku smrti. Osjećao sam se kao kod kuće kao nikad u životu. Kad sam izišao

iz njegove sobe, zadržao me pogled na zasniježeni vrhunac iznad Dharmsale. Krenuo sam prema svojoj sobi smještenoj niže na obronku, pa prešao preko mjesta gdje je i s druge strane pucao pogled na brdo. Prostor je između dvije planine ispunila duga, tvoreći potpuni krug. Bilo je to nešto zapanjujuće! Nekoliko dana kasnije, baš kad sam odlazio s posljednje po-duke kod dalaj-lame, spremajući se na povratak u Sjedinjene Države, u trenutku kad sam stigao do vrata, on mi je rekao: »To je kao san.« Na što ja: »Što to?« »To je kao san«, odgovorio mi je on. Čak i u tom najživljem i najdragocjenijem razdoblju života, on me natjerao da razmišljam o praznini tog dragocjenog doživljaja. Praznina ne poništava pojave; baš naprotiv, ona je sasvim spojiva s djelatnošću, baš kao i s prihvaćanjem društvenih vrijednosti.

Djelovanje dalaj-lamina nauka

Nauk dalaj-lame prepun je pojedinosti o samom procesu umiranja, ali i praktičnih savjeta. Kroza nj sam stekao mnoge predodžbe o postupnom urušavanju svijesti, te naučio mnogo toga što će se kasnije pokazati vrlo korisnim.

Dok su mi se otac i mati odmarali u svojoj malenoj zimskoj kućici na Floridi, otac je doživio moždani udar. Imao je tada osamdeset i jednu godinu. Ja sam u tom trenutku bio daleko, čak u Vancouveru, gdje sam predavao na Sveučilištu Britanske Kolumbije, zbog čega sam u tom gradu i ostao kad su moja tri brata otišla na Floridu posjetiti bolesnoga oca. Svi smo doživjeli veliko olakšanje kad se otac digao iz komatoznog stanja, pa se čak i vratio kući. Pa ipak, kad sam nekoliko tjedana kasnije, pošto su braća otišla, stigao i sam, otac se već bio vratio u bolnicu, i opet u komatoznom stanju.

Jednog je dana, ležeći tako na leđima, otvorio oči. Okrenuo se prema meni, pa smo započeli blagi razgovor. I tako mi je u jednom trenutku, s bolnim odsjajem u očima, rekao: »Ne bi mi vjerovao kad bih ti ispričao što se sve u ovoj bolnici zbiva.« Upitao sam se što je time mislio reći, a pogled mi je odlutao do televizora na dnu njegova kreveta. Davala se nekakva vruća bolnička sapunica, a onda sam opazio i da mu je bolnica na jastuk stavila maleni zvučnik. Dok je ležao u komi, slušao je sve te programe! Nakon nekog sam mu vremena rekao što je zapravo izvor tih njegovih ideja, pa mu onda i isključio zvučnik, jer sam se prisjetio dalaj-lamina nauka kako je, kad se počnemo bližiti smrti, najvrjednije od svega imati nekoga tko će te podsjetiti na kreposne misli.

Nekoliko dana kasnije očevu se stanje proznilo, pa je potonuo u duboku komu. Posjetivši ga jedne večeri, otkrio sam da su ga premjestili u drugu sobu. Ovaj je put iz televizora treštao nekakav kviz. Želio sam ga isključiti, ali mi je sestra rekla da taj kviz jako voli jedan skoro gluhi bolesnik u susjednom

krevetu. Smeteno sam sjeo na dno očeva kreveta i upitao se što sad. Televizor je zagrmio pitanje o brodu koji je potonuo na pučini, pa sam pomislio da bih sad mogao bar započeti razgovor s onim drugim bolesnikom. »Znate li kako se zvao taj brod?« viknuo sam. Kad se na njemu nije pomaknuo ni jedan mišić, shvatio sam da je i on u komatoznom stanju. Ali se moj otac uspravio u postelji i rekao: »Andrea Dona.« Bio je lucidan, i sve je to sve vrijeme slušao!

Isključio sam TV, a onda smo započeli lijep razgovor. Bio je opet onaj stari, sa svime zadovoljan. Zatražio je kreker i mlijeko, i sestra mu ih je donijela na posebno nježan način. Neko smo vrijeme tako čavrljali, a kad sam odlazio, upitao sam ga: »Da pozdravim mamu?« »A što misliš«, odgovorio mi je veselo.

Sutradan su rano ujutro majku nazvali iz bolnice i javili joj da je otac noćas umro. Kako mi je bilo drago da je pred smrt došao k svijesti i da mu se vratilo dobro raspoloženje. I da je televizor šutio.

Mrtvog su oca ostavili u njegovoj sobi, samog. Stigao sam i, prisjetivši se da ne smijem uznemiravati tijelo, sjeo i ostao tako sjediti bez riječi jer nisam poznao njegov vokabular vjere. Osjećao sam da ga već samim time što sam tu podupirem na njegovu putu.

Godinu dana kasnije mati mi je vjerojatno doživjela moždani udar. Nazvala je mog brata Jacka i ženu mu Judy. Jacka nije bilo kod kuće, a kad se javila Judy, mati je rekla kako se osjeća strašno loše, da je jako boli glava, te nastavila govoriti sasvim zbrkano. Rekla je da je hvata nesvjestica i da joj nije dobro. A onda joj je glas zamro. Budući da mati nije spustila slušalicu, Judy je odjurila u susjedstvo i nazvala hitnu pomoć. Poslije toga su majku u bolnici triput vraćali s vrata smrti, i svaki se put mučila u želji da nešto kaže. Videći je kako se tako nesuvislo bori za riječ, prisjetio sam se kako je dalaj-lama govorio o potrebi za prijateljskim savjetom koji će dozvati kreposni stav, pa prišao njezinu uzglavlju. Znao sam da je »duh« za nju riječ od posebnog značenja, pa sam joj rekao: »Mama, to sam ja, Jeff. Došao je trenutak duha.« Ona se smjesta smirila i prestala se batrgati. Nježno sam ponovio: »Došao je trenutak duha.« Nekoliko je dana kasnije mirno preminula.

Kad su mom rođaku Bobbyju dijagnosticirali tumor na mozgu, on je o svojoj bolesti nadugo i naširoko razgovarao s mojim bratom Jackom, i ovaj ga je upitao bi li još što želio učiniti dok je još aktivan. Bobby mu je odgovorio: »Volio bih da se rodbina sastane, pa da pričamo priče o djedu.« Moj je djed po ocu bio ljudina, te je štitio svoju obitelj, farmu, crkvu i sve mu blisko na žustar, pa i šaljiv način. I tako nas je Jack sve skupio, svih nas četrnaestero. Svi smo znali da je Bobby na samrti, i nismo se pretvarali da nije tako, ali zbog toga nismo bili ni uciviljeni. Većina je od nas pričala urnebesne priče, koje sam i snimio na video.

Bobbyjeva me sestra Nancy nazvala i upitala za savjet o tome što da radi kad se približi trenutak smrti. »Pobrini se da nitko oko njega ne plače i ne

nariče«, odgovorio sam joj. »Sve neka bude vrlo jednostavno. Isključi televizor. Neka se ljudi dođu pozdraviti prije početka kraja.«

Na Bobbyjev predzadnji dan, sva je rodbina gledala videozapis svog sastanka, i dobro se zabavila. Bobby je umro sutradan, u tišini i jednostavnosti.

Dalaj-lama savjetuje da nas, kad nam se približi kraj, podsjetite na naše meditacije, pa ma kakve da bile. Mi drugima ne možemo nametnuti naše nazore, kao ni nivoje svijesti više od onih koje oni mogu svladati. Kad je moj prijatelj Raymond doznao da umire od AIDS-a, on i njegov dečko upitali su me što da učine. Prisjetio sam se smrti roditelja, pa i vlastite paraliziranosti zbog Lymeove bolesti a od koje sam skoro umro, pa shvatio da i dugo pošto izgubimo sposobnost komuniciranja s drugim ljudima, ipak još možemo živjeti jakim i lucidnim unutrašnjim životom. Za te sam izvanredno teške bolesti u sebi ponavljao mantru što sam je recitirao kroz skoro trideset godina. Otkrio sam da unatoč tome što sam nesposoban komunicirati s drugima, ja ipak i dalje mogu ponavljati mantru s uobičajenom lucidnošću. Povremeno sam pokušavao nešto reći, ali to nisam i uspijevao. No unatoč tom neuspjehu, ipak se nisam brinuo. Znao sam da bih time jako pogriješio. Samo sam i dalje ponavljao mantru, i to me smirilo.

Povodeći se za vlastitim iskustvom, posavjetovao sam Raymond u da izabere izreku koju će stalno ponavljati. On je izabrao kiticu od četiri stiha Josepha Goldsteina:

Neka se ispunim prijaznom ljubavlju.

Neka mi bude dobro.

Neka me ispuni spokoj i mir.

Neka budem sretan.

Pomislio sam kako je to što je izabrao možda malo predugačko, ali sam ipak znao da će to za nj biti sasvim u redu, zato što je poželio baš to.

Raymond je vježbao svoju mantru. Njegov mu ju je partner stavio u plastični okvir kraj uzglavlja, pa kad bi Raymond okrenuo glavu, opazio bi je i to bi ga podsjetilo da je ponovi. Kasnije, kad se Raymond vratio iz bolnice da umre kod kuće, postupno se počeo povlačiti u sebe, jer je najprije izgubio dar govora, pa sposobnost pokazivanja rukom, te napokon i sposobnost i najmanjeg pomicanja. Pa ipak, kad bih ušao u njegovu sobu, pa sjeo na pod do njegove postelje i rekao: »Neka se ispunim prijaznom ljubavlju«, lice bi mu se ozarilo a oči pomaknule ispod spuštenih vjeđa. Upalilo je!

Prvi pančen-lama

U ovoj knjizi, pri tumačenju pjesme od sedamnaest kitica prvog pančen-lame, Njegova Svetost dalaj-lama crpi iz širokog spektra indijske i tibetske pismene i usmene predaje. Dalaj-lama razmotava smisao tih kitica, obrađujući ih jednu po jednu, pa nam potanko izlaže faze umiranja, ono prelazno stanje između dva života, kao i ponovno rođenje, sve vrijeme na vrlo dojmljiv način opisujući praktičnu primjenu tih spoznaja.

Pjesma koja tvori srce ove rasprave nastala je u sedamnaestom stoljeću. Svijest su o njezinoj važnosti i relevantnosti prenosili redovnici i laici u Tibetu, a danas i u čitavom svijetu. Predmnijevati, međutim, da se ona može proučavati, kao i da se nad njom može meditirati, značilo bi biti slijep na trenutni položaj religije u Tibetu, na prilike u kojima živi pančen-lama, kao i na stalne napetosti između Tibeta i Kine.

Zbog toga bih volio prikazati povijest naslova dalaj-lama i pančen-lama, kao i slijed inkarnacije autora te pjesme, to jest pančen-lama. Kao što bih volio i raščistiti nekoliko nejasnoća o prilikama u Tibetu i razmotriti sadašnju inkarnaciju pančen-lame koja trenutno živi u kućnom pritvoru u Kini.

Sredinom trinaestog i početkom četrnaestog stoljeća, Tsongkhapa Losang Drakpa je u Tibetu stvorio spiritualnu tradiciju zvanu Geluk, poznatu i pod imenom škole Žute kape. Oko 1445. Tsongkhapin je učenik Gen-dun Drup sagradio veliki samostan, takozvani Tashi Lhun-po (Brdo sreće) u Shigatseu, u pokrajini zapadano od tibetske prijestolnice Lhase. Genduna Drupa će naknadno nazvati prvim dalaj-lamom, i to kad Sonam Gvatso (1543.-1588.), njegova treća inkarnacija po redu, 1578. od svog mongolskog zaštitnika i sljedbenika Altan-kana primi ime »dalaj« (što je zapravo mongolski prijevod riječi »Gvatso«, a koja znači »ocean«).

Gendun Drup je osim toga od svog učenog tibetskog suvremenika Bodonga Choklava Namgvela primio još i ime »panchen«, i to kad je uspio odgovoriti na sva njegova pitanja. »Panchen« znači »veliki učenjak«, a riječ potječe od sanskrtskog »pandita« što znači »učenjak«, kao i tibetske riječi »chen po« koja znači »velik«. I kasnije su opate samostana Tashi Lhunpo, a koji su bili birani na određeni rok, također redom nazivali »pančen«.

U sedamnaestom je stoljeću peti dalaj-lama samostan Tashi Lhunpo predao svom učitelju Losangu Chokvijju Gveltsenu (1567.-1662.), njegovu petnaestom opatu. Njega su pak, kao glavara samostana, zvali »pančen«. Kad je, međutim, Losang Chokvi Gveltsen umro, peti je dalaj-lama objavio da će se njegov učitelj ponovno pojaviti kao prepoznatljivo dijete i nasljednik, pa je tako njegov niz inkarnacija zadržao naslov »pančen-lama«, a one su same postale opatima samostana Tashi Lhunpo. Tako se naslov »pančen-lama« prestao stjecati izborom na određeni rok i prenio se na slijed reinkarnacija.

Od tada je u Tibetu zavladao običaj da dalaj-lama i pančen-lama jedan drugom u različitoj mjeri priznaju nasljednike. Dalaj-lama je opći duhovni i svjetovni vođa Tibeta, dok je pančen-lama vođa onog područja oko Shi-gatsea.

Povijest stjecanja naslova dalaj-lama i pančen-lama podriva smiješne tvrdnje trenutnih kineskih vlasti da ti naslovi na neki način upućuju na njihovu podložnost Kini.

Ti su naslovi potpuno autohtoni. Da bi podupro svoje pretenzije na legitimnost, Peking ukazuje na to da pančen-lamu zovu »erdini«. To je, međutim, mongolska riječ koja znači »dragocjeni dragulj«, te predstavlja počasni naslov zajednički mnogim mongolskim lamama. Što se pak tiče naslova pančen-lame, njega je 1731. dodijelio car Kiang-shi, Mandžurijac koji je u to doba vladao Kinom.

Ne smijemo smetnuti s uma da su Kinom u raznim razdobljima njezine povijesti vladali stranci iz Mongolije i Mandžurije, baš kao i Kinezi iz dinastije Han. Početkom dvadesetog stoljeća doktor Sun Yat-sen, utemeljitelj moderne Kine, zalagao se za krivotvorinu, to jest za ujedinjeno Srednje Kraljevstvo koje bi obuhvaćalo Mandžuriju, Mongoliju, Istočni Turkestan, Tibet i Kinu. Godine je 1911., međutim, čak i on rekao da su poslije pobjede nacionalističke revolucije nad dinastijom Manchu, Kinu u dva navrata zaposjele strane sile - najprije Mongoli a zatim Mandžurci. I Mongoli, i Mandžurci, i Kinezi iz dinastije Han smatrali su Tibet stranom zemljom čak i kad bi se povremeno, kao moćni susjed, njihovo carstvo upletalo u poslove Tibeta. Osim toga moramo biti svjesni toga da je u osmom stoljeću Tibetsko Carstvo sezalo sve do kineske prijestolnice Ch'ang-ana, to jest današnjeg Xiana. Stoga bismo, u slučaju da iz povremenih zadiranja u neku zemlju slijedi da ona pripada agresoru, mogli isto tako tvrditi i da Kina pripada Tibetu.

Peking nastoji legitimirati svoju vlast u Tibetu osiguranjem ključne uloge u priznavanju važnih lama tog područja, među kojima su najistaknutiji dalaj-lama i pančen-lama. Očajnička nastojanja Pekinga da stekne nekakvu prividnu relevantnost u tibetskim vjerskim poslovima odrazila se i u nizu događaja povezanih s nedavnim identificiranjem jedanaestog pančen-lame. Da bi daljnje izlaganje bilo jasnije, budi mi dopušteno da ukratko izložim postupak potrage za uzvišenom reinkarnacijom.

1. Kroz čitavu se zemlju provodi potraga za posebnim znakovima koji prate rođenje djeteta, za majkama s neobičnim snovima i za djecom obdarenom posebnim, a nestečenim znanjem.

2. Analiziraju se nebeski znakovi. Tako se primjerice poslije smrti prethodnog dalaj-lame na istoku pojavila duga, pa time uputila na ponovno rođenje u istočnom dijelu zemlje. A onda su se s istočne strane relikvijara preminulog dalaj-lame pojavila dva predmeta visoka jednu stopu i nalik na kljove. Pošto je potraga pronašla sljedeću inkarnaciju, u otvorenom je amfiteatru, u kojem naučavaju dalaj-lame, usred zime procvalo cvijeće, a stanovnici su Lhase spontano zapjevali melodiju s imenom njegovih roditelja. (Mnogi takvi znakovi u prvom trenutku prođu nezapaženi, pa ih shvate tek naknadno.)

3. Traži se savjet od nadnaravnih izvora znanja. Na jezero jugoistočno od Lhase, poznato po tome što izaziva proročka viđenja, šalje se redovnička družina. U slučaju je sadašnjeg dalaj-lame ona u jezeru ugledala sliku samostana u njegovu zavičaju, baš kao i sliku njegove kuće. Osim toga je ugledala i tri slova: »A, Ka, Ma«, koja su uputila na pokrajinu (»A« kao Amdo), samostan (»Ka« kao Kumbum) i osobno ime dalaj-lamino (»Ma«, što znači »žensko«, budući da je dalaj-lama kao dijete nosio žensko ime, jer se zvao Božica Dugog Života).

4. Izvodi se gatanje i to vrćenjem zdjele u kojoj se nalaze kuglice od tijesta s imenima finalnih kandidata, pri čemu napokon izvrte jednoga od njih.

5. Šalju se družine prerušenih tragača kojima je zadaća provjeriti posjeduju li kandidati neka izvanredna znanja, a i da utvrde znaju li prepoznati stvari i pojave iz života prethodnoga lame. Tako je sadašnji dalaj-lama uspio u jednom od prerušenih članova družine prepoznati redovnika-službenika, a u drugom redovnika iz samostana Sere. Osim toga je morao izabrati između dvije brojnice, dva malena ritualna bubnja i dva štapa za šetnju.

Već je i sama pomisao da bi se materijalističke komunističke vlasti upletale u takav religijski postupak upravo smiješna, no dogodilo se upravo tako, kao što se vidi i iz događaja povezanih s identificiranjem sadašnjeg pančen-lame.

KRONOLOGIJA IDENTIFICIRANJA JEDANAESTOG PANČEN-LAME

1984.: Kineske komunističke snage, koje su 1950. provalile u Tibet, da bi do 1959. zaposjele sve njegove dijelove, objavljuju kako će Tibetancima dopustiti da traže inkarnacije visokih lama.

1987.: Kineske vlasti osnivaju u Pekingu posebnu školu za reinkarnirane lame da bi stvorile »rodoljubive lame, kojima će na srcu biti jedinstvo domovine«.

28. siječnja 1989.: Deseti pančen-lama umire u pedeset i prvoj godini života u samostanu Tashi Lhunpo u Shigat-seu u Tibetu, i to samo četiri dana po izricanju poruke u kojoj kritizira kineske vlasti te veli: »Od kineske je vladavine u Tibetu bilo više štete nego koristi.« On je ostao u Tibetu i pošto je iz njega u ožujku 1959. pobjegao dalaj-lama, te je za Kulturne revolucije bio devet godina i osam mjeseci mučen po zatvorima zato što je sročio izvještaj oštro kritičan prema kineskoj politici u Tibetu. (Poslije njegove smrti uporno se ponavljaju glasine da su ga otrovali.) Istoga dana dalaj-lama predlaže slanje u Tibet deseteročlane religijske delegacije koja će se pomoliti u samostanu pančen-lama.

Veljača 1989.: Kineski premijer Li Peng objavljuje kako strancima - što će reći Tibetancima u egzilu - neće biti dopušteno »uplitanje u proceduru izbora«.

Kolovoza 1989.: Kineske vlasti objavljuju plan u pet točaka, a koji obuhvaća potragu, izbor i priznavanje pančen-lama. Taj je plan rezultat kompromisa s upravom samostana pančen-lame, te sadrži i kategorični zahtjev kineskih vlasti da u tom procesu bude i lutrija, te da one preuzmu konačnu javnu potvrdu. Istraživački odbor postavlja Peking, a vodi ga Chandrel Rinpochay, opat samostana pančen-lama, a za kojeg se zna da surađuje s Kinezima.

21. ožujka 1991.: Dalaj-lama, posredstvom svoje ambasade u New Delhiju, informira kineske vlasti da bi želio pomoći pri traganju za reinkarnacijom pančen-lame, i to odašiljanjem delegacije na jezero proročkih viđenja jugoistočno od Lhase.

Lipanj 1991.: Tri mjeseca kasnije kineske vlasti odgovaraju da nema baš nikakve potrebe za uplitanjem.

17. srpnja 1993.: Glava tragačke družine Chadrel Rinpochay, postavljen od kineskih vlasti, šalje dalaj-lami žrtvene prinose i pismo o reinkarnacijama pančen-lame. U njemu mu objašnjava da je redovnička družina obišla dva jezera i dobila potvrdu da se pančen-lama reinkarnirao.

5. kolovoza 1993.: Dalaj-lama šalje, posredstvom kineske ambasade u Delhiju, odgovor Chandrelu Rinpochayu, te ga poziva da mu u posjet u Indiju pošalje delegaciju s kojom bi raspravio o traganju za reinkarnacijom. Na ovo pismo ne dobiva odgovor.

17. i 18. listopada 1994.: Dalaj-lama, na privatnom sastanku s nekim Kinezom, tijesno povezanim s kineskom vladom, veli kako još od 5. kolovoza 1993. čeka odgovor na svoje pismo Chandrelu Rinpochayu. Pritom ističe koliko je važno da traganje za reinkarnacijom bude u skladu s tradicionalnim vjerskim procedurama.

Siječanj 1995.: Spomenutog Kineza u dva navrata podsjećaju na taj razgovor.

Travanj 1995.: Kineske vlasti objavljuju nove zakone o traganju, odabiranju i odobravanju inkarnacija visokih lama.

14. svibnja 1995.: Poslije intenzivnog analiziranja preko tridesetoro djece i primitka četiri proroštva iz proročišta, kao i poslije devet gatanja, među kojima je bio i ritual s kuglicama od tijesta, dalaj-lama i formalno priznaje šestogodišnjeg dječaka Gedhuna Choekyija Nyimu, rođenog 25. travnja 1989. u okrugu Lhari u Nagchuu, u Tibetu, za jedanaestog pančen-lamu. Taj se datum poklapa s povoljnim trenutkom u kalendaru nauka Kotač vremena, trenutkom s kojim pančen-lama stoji u posebnoj vezi. Dalaj-lama i delegacija Chandrela Rinpochaya (postavljenog od Pekinga) u tome su suglasni.

15. svibnja 1995.: Službena kineska novinska agencija napada izjavu dalaj-lame.

17. svibnja 1995.: Pekinške vlasti drže Chandrela Rinpochaya i njegova pedesetogodišnjeg tajnika Jampa dvanaest dana u Chengduu, odsječene od

vanjskoga svijeta. Kineske vlasti lamu-dječaka stavljaju u pritvor. Tako taj šestogodišnjak postaje najmlađim političkim zatvorenikom na svijetu.

19. svibnja 1995.: U tibetskim se gradovima počinju pojavljivati plakati koji osuđuju uplitanje kineskih vlasti u izbor pančen-lame.

21. svibnja 1995.: Kineske vlasti sazivaju zbor u tibetskim gradovima Lhasi, Shigatseu i Negchuu te zabranjuju okupljanja više od troje ljudi kao i svako javno raspravljanje o reinkarnaciji pančen-lame. U samostan Tashi Lhunpo ulaze partijski kadrovi i počinju seanse preodgajanja, a redovnike pozivaju da kritiziraju Chandrela Rinpochaya. Dječak lama i čitava njegova obitelj, baš kao i dva druga djeteta, bivši vodeći kandidati, potom naprosto nestaju, nakon čega javljaju da su ih preselili u Peking. U Lhasi se pak od svih vodećih ljudi u državnoj i vjerskoj hijerarhiji traži sudjelovanje na zborovima na kojima se osuđuje izjava dalaj-lame.

24. svibnja 1995.: Hitna sjednica Kineske narodne savjetodavne konferencije objavljuje izjavu u kojoj se dalaj-lama izjava proglašava »pravno ništavnom«.

Svibanj 1995.: Yuluu Dawi Tseringu, vodećem tibetskom disidentu i bivšem političkom zatvoreniku, naređuju da se svaki drugi dan javlja na policiju.

11. lipnja 1995.: Kineske vlasti zatvaraju u Dingri Gyaru Tseringa Samdrupa, Chandrel Rinpochayeva voditelja poslova, i to zbog sumnje da je komunicirao s dalaj-lamom.

12.-13. srpnja 1995.: Iz Shigatsea, sjedišta samostana pančen-lama, istjeruju strane turiste, tako da ne vide demonstracije. Tibetance sprječavaju u obavljanju vjerskih poslova u samostanu pančen-lame, pa im brane čak i pobožno obilaženje hramova i vjerski obilježenih mjesta.

Nitko u javnosti danas ne zna gdje se nalazi dječak kojeg su prepoznali potraga iz njegova samostana, dalaj-lama i pančen-lama. Do danas, to jest 2002. godine, kineska vlada njega i njegove roditelje već sedam godina drži u zatočeništvu, a međunarodnim promatračima, zabrinutim za njegovo stanje, brani pristup dječaku. U međuvremenu je pak vođa potrage Chandrel Rinpochay, to jest 2002., pušten poslije sedmogodišnjeg zatočeništva.

Uslijedio je upravo nadrealistički niz događaja. Komunistička je kineska vlada naime imenovala vlastitu potragu, te izjavila kako je otkrila pravog pančen-lamu. Taj je proces budno pratio i sam kineski predsjednik Jiang Zemin. Od vlasti odobreni nadomjestak, kojemu je sad već trinaest godina, dobio je istaknuto mjesto u kineskim novinama, gdje je bio prikazan kao rodoljubivi učenjak sposoban da nadahne pobožnošću. Godine je 2001. taj od Pekinga odobreni pseudo-dalaj-lama na turneji po razvijenoj istočnoj obali izjavio: »Ja sad duboko razumijem veličinu Kineske komunističke partije i osjećam toplinu socijalističke obitelji vođene slavnom politikom Kineske komunističke partije«.

Prijedlozi za razmišljanje

Zašto su pekinške komunističke vlasti tom pitanju posvetile toliko truda? Zato da time svijetu pokažu kako i u spiritualnom životu nacije igraju ključnu ulogu, i time pribave legitimitet svojoj invaziji na Tibet. One, osim toga, možda i pokušavaju otkriće novog pančen-lame objaviti baš na trinaestu obljetnicu proglašenja »Autonomne pokrajine Tibet«, kad je tako bio nazvan teritorij koji je samo dio te zemlje. Dalaj-lama i delegacija iz samostana pančen-lame kojeg je zapravo bio postavio Peking, ipak su se složili oko kandidata, pa je dalaj-lama objavio i identifikaciju, i to nedvojbeno zato da već unaprijed onemogući kinesko uplitanje.

Peking osim toga sasvim neosnovano tvrdi da je prethodni, kuominangški režim sudjelovao u prepoznavanju današnjega dalaj-lame. To se, međutim, kosi s mnogobrojnim povijesnim dokazima. Kad je 22. veljače 1940. bio okrunjen dalaj-lama, odnos je Tibetanaca prema kineskom emisaru Wu Zhongxinu bio isti kao i prema poslanicima iz Butana, Sikkima, Nepala i Britanske Indije, i Kinez u tom poslu nije igrao nikakvu posebnu ulogu. Kuomintang je iznio apsurdnu tvrdnju da se dječak poklonio prema Pekingu i da ga je na prijestolje posjeo kineski emisar. Čak je i Ngabo Nawang Jigme, tibetski službenik koji je bio na krunidbi i surađivao s kineskim vlastima, a inače je dopredsjednik Stalnog odbora Narodnog kongresa, 31. srpnja 1989. o tome rekao: »Mi, Komunistička partija, ne trebamo govoriti laži utemeljene na kuomintanškim lažima.« U isto je doba drug Chang Feng iz Ministarstva Ujedinjenog fronta, izjavio: »Ubuduće nećemo govoriti kako je Wu Zhongxin sudjelovao u obredu pri ustoličenju četrnaestog dalaj-lame.« Danas se, međutim, Peking u očaju opet okrenuo kuomintanškoj krivotvorini. Znakovito je već i to što, unatoč činjenici da Tibet posjeduje velika samostanska sveučilišta koja se duboko bave svim filozofskim pitanjama, u tibetskom jeziku nikad nije postojala riječ za zemlju koja obuhvaća i Tibet i Kinu.

Politika današnjih kineskih vlasti prema Tibetu temelji se na nepoštivanju i zanemarivanju potreba i želja tibetskog naroda. To se mora promijeniti, i to tako da se Pekingu jasno stavi na znanje da se svijet prema tom pitanju odnosi vrlo ozbiljno. Države i nedežavne organizacije trebale bi izvršiti pritisak na kineske vlasti da oslobode pančen-lamu i ljude povezane s njegovim otkrivenjem, te da mu dopuste školovanje u njegovu samostanu i slobodu putovanja. Ujedinjeni bi narodi trebali poduprijeti nastojanja dalaj-lame da pregovorima ishodi sporazum o statusu Tibeta.

Tibetska kultura seže daleko izvan Tibeta, te se proteže od Kalmičkih stepa uz Volgu (na mjestu gdje se Volga ulijeva u Kaspijsko more) pa sve do Vanjske i Unutrašnje Mongolije, sibirske republike Burjatije, Butana, Sikkima, Ladakha i dijelova Nepala. U svim se tim područjima buddhistički rituali i skolastičke

rasprave vode tibetskim jezikom. S čitavog su tog golemog teritorija na školovanje u Tibet, i to napose u prijestolnicu Lhasu i njezinu okolicu, dolazili mladići, te se po okončanju studija obično vraćali u domovinu (sve dok u mnogim od tih zemalja nije došlo do komunističkog prevrata). To znači da tibetska kultura zauzima središnje mjesto na golemom području srednje Azije, te stoga njezino utrnuće izaziva dalekosežne posljedice.

Ova bi nas knjiga morala podsjetiti na golemu riznicu Tibeta.

dr. Jeffrey Hopkins profesor tibetskih studija Sveučilište Virginia

Svijest o smrti

Baš kao što tkalac
Tkajući stigne do kraja
Kad fine niti protjera kroz tkanje,
Baš tako čovjek proživi svoj život.

Buddha

Misao na smrt je neobično važna - to kontempliranje činjenice da nećemo dugo ostati u ovom životu. Nismo li svjesni smrti, nećemo znati ni iskoristiti ovaj već dosegnuti ljudski život. To je vrlo značajno zato što, polazeći od te spoznaje, možemo postići važne učinke.

Smrt ne analiziramo da bismo u sebi pobudili strah, nego da bismo znali cijенiti ovaj dragocjeni životni vijek u kojemu možemo ostvariti toliko važnih duhovnih vježbi. Umjesto da se bojimo, moramo razmišljati o tome kako ćemo, kad stigne smrt, izgubiti dobru priliku za vježbanje. Tako će razmišljanje o smrti u naše vježbanje ucijepiti novu energiju.

Moramo prihvatiti istinu da smrt dolazi kao normalni dio života. Ili, kako bi to rekao Buddha:

Mjesto na kojem nas smrt ne bi doticala Ne postoji.

Ne postoji u svemiru, ne postoji u oceanu, Nema ga ni usred planine.

Prihvatimo li da je smrt dio života, onda ćemo se s njom, kada po nas dođe, lakše suočiti.

Kad ljudi duboko u sebi znaju da će smrt doći, ali namjerno izbjegavaju razmišljanje o njoj, onda ne čine nešto što se slaže s prilikama, nego nešto zapravo kontra-produktivno. Isto vrijedi i ako starost ne prihvaćamo kao dio života, nego je smatramo neželjenom te je u mislima namjerno izbjegavamo. To nas dovodi do mentalne nespremnosti, pa kad starost neizbježno dođe, onda nam bude jako teško.

Mnogi su ljudi tjelesno stari, ali se pretvaraju da su mladi. Ponekad kad se sretnem s dugogodišnjim prijateljima, primjerice izvjesnim senatorima u zemljama poput Sjedinjenih Država, znadem ih pozdraviti s »Prijatelju stari«,

misleći time reći da se već dugo poznajemo, a ne da je sugovornik neizbježno i tjelesno star. Pa ipak, kad to izreknem, neki me naglašeno isprave: »Ma nismo mi stari! Nego smo dugogodišnji prijatelji.« A zapravo su oni zaista stari - s dlakama što im vire iz ušiju, a što je već jasan znak starosti - ali se zbog starosti osjećaju nelagodno. A što je budalasto.

Kad razmišljam o ljudskom životu, obično uzimam da mu je najveća dužina stotinu godina, što je zapravo, usporedimo li ga s vijekom planeta, izvanredno malo. A to kratko postojanje treba iskoristiti tako da drugima ne nanosimo bol. Svoj život ne smijemo posvetiti destruktivnim djelima već konstruktivnom djelovanju - i to barem u tolikoj mjeri da drugima ne činimo zlo niti im stvaramo nevolje. Tako će naš kratki, upravo turistički boravak na planetu imati smisla. Ako turist nakratko posjeti neko mjesto i pritom ljude izgnjavi, učinit će nešto zaista budalasto. Ali ako kao turisti za svog kratkog boravka druge razveselimo, postupit ćemo mudro; kad poslije odemo na drugo mjesto, i sami ćemo zbog toga biti veseli. Ali ako im budemo stvarali nevolje, iako za svog boravka sami ne doživimo neugodnosti, morat ćemo se upitati kakva je uopće bila svrha našeg posjeta.

Od stotinu godina života, najraniji dio provedemo kao dijete a završni potrošimo u starosti, počesto baš kao životinja što samo jede i spava. Između toga imamo možda šezdeset do sedamdeset godina koje možemo smisljeno utrošiti. Ili, kako bi to rekao Buddha:

Polu nam života oduzme san. Deset godina potrošimo u djetinjstvu. Dvadeset se gubi u starosti. U preostalih dvadeset godina, tuga, jadanje, bol i uzrujavanje oduzmu nam mnogo vremena, a stotine tjelesnih bolesti unište ga još i mnogo više.

Da bi nam život postao smislen, bitno je da prihvatimo i starost i smrt kao sastavne dijelove života. Osjećaj da je smrt nešto skoro nemoguće samo nas gura u još goru pohlepu i stvara nove nevolje - ponekad čak i na namjerno nanošenje zla drugim ljudima. Pogledamo li malo bolje kako su neke navodno velike ličnosti - carevi, monarsi, i tako dalje - podizali silne palače i zidine, opazit ćemo kako im se duboko u glavi krila misao da će u ovom životu ostati zauvijek. Ta samoobmana samo dovodi do novih muka i nevolja za druge ljude.

Čak i za one koji ne vjeruju u buduće živote, kontempliranje je stvarnosti produktivno, korisno i znanstveno opravdano. Zbog toga što se ljudi, svijest i sve ostale uzročne pojave mijenjaju iz časa u čas, to nam otvara mogućnost pozitivnog razvoja. Kad se prilike ne bi mijenjale, onda bi one u sebi, kao dio svoje naravi, zauvijek zadržale patnju. Ali kad jednom shvatimo da se sve stalno mijenja, onda ćemo čak i kad prolazimo kroz vrlo teško životno razdoblje, naći utjehu u činjenici da prilike neće zauvijek ostati takvima kakve su sada. Zbog čega onda i nema potrebe da budemo ojađeni.

Stalna, dakako, nije ni dobra sreća, pa stoga ne trebamo pridavati preveliku važnost ni tome što nam sve polazi od ruke. Zapravo nas perspektiva trajnosti

uništava. Čak i ako prihvaćamo da postoje i budući životi, ipak našom glavnom preokupacijom postaje sadašnjost, dok budućnost postaje manje važna. To onda upropaštava zgodnu priliku koju nam možda pruži život ako nas obdari dokolicom i sredstvima za bavljenje produktivnim duhovnim vježbama. Perspektiva nam netrajnosti, međutim, u tome pomaže.

Svijest o netrajnosti traži disciplinu - treniranje uma - ali to ne predmnijeva ni kažnjavanje ni upravljanje izvana. Disciplina ne znači zabranu: ona, naprotiv, znači da ćemo, kad dođe do sukoba između kratkoročnih i dugoročnih ciljeva, kratkotrajne koristi žrtvovati dugotrajnima. To je samodisciplina, a ona izvire iz prihvaćanja uzroka i posljedica karme. Tako sam se primjerice ja, da bi mi se poslije nedavne bolesti želudac vratio na normalu, morao okaniti kisele hrane i hladnih pića, a koji su mi prije bili ukusni i privlačni. Takva disciplina zapravo donosi zaštitu. Slično tome i razmišljanje o smrti predmnijeva samodisciplinu i samozaštitu, a ne kažnjavanje.

Ljudska bića raspolažu svim potencijalima za stvaranje dobrih djela, ali za potpuno iskorištavanje tih potencijala moramo imati slobodu. Totalitarizam guši taj rast. U svom pohvalnom smislu, individualizam predmnijeva da ništa ne očekujemo izvana i da ne čekamo na nečiju naredbu, već da, naprotiv, sami preuzimamo inicijativu. Zato se Buddha često pozivao na »individualno oslobođenje«, pri čemu je mislio na samooslobođenje, oslobođenje vlastitim snagama, a ne kroz neku organizaciju. Svaki pojedinac mora stvoriti svoju pozitivnu budućnost. Sloboda i individualizam zahtijevaju samodisciplinu. Ako se one iskorištavaju za izazivanje loših emocija, slijede negativne posljedice. Sloboda i samodisciplina moraju djelovati zajedno.

Širenje vidokruga

S buddhističkog motrišta, najveći je od svih ciljeva postizanje buddhinstva (prosvjetljenje), kako bismo, zahvaljujući tom stanju, mogli pomoći golemom broju osjetilnih bića.

Pa ipak, čak nas i osrednji uspjeh može osloboditi bolnog ciklusa rađanja, starenja, bolovanja i umiranja. Niža, no ipak dragocjena razina uspjeha omogućuje nam poboljšavanje naših budućih života. Postupnim se popravljanjem života može, naime, postići oslobođenje, a na temelju se tog oslobođenja onda konačno može dostići i buddhinstvo (prosvjetljenje). Najprije se naša perspektiva širi tako da zahvati i buduće živote, a onda nam se, kroz temeljito razumijevanje vlastitih nevolja, perspektiva produbljuje dok ne obuhvati sav ciklus patnje od jednog života do drugog, takozvano cikličko postojanje ili samsaru. Napokon to razumijevanje možemo proširiti i na druge ljude, i to kroz sućutnu želju da se sva razumna bića oslobode od patnje i

njezinih uzroka. Ta nas onda sućut navodi na to da težimo buddhinstvu (prosvjetljenju).

Da bismo dokraja shvatili narav patnje i cikličkog postojanja, moramo se najprije pozabaviti dubljim aspektima života, a koji utječu na naše buduće živote. To je shvaćanje patnje opet potrebno za puno razvijanje sućuti. Slično tome mi Tibetanci težimo postizanju izvjesne mjere samouprave u Tibetu kako bismo mogli služiti bićima u svojoj domovini, ali se isto tako i trudimo da se snađemo u izbjegličkoj situaciji u Indiji. Postignuće prve, veće svrhe ovisi o našem postizanju potonjeg, privremenog cilja.

Nevolje što ih donosi nesvjestanost o smrti

Svijest o činjenici da ćemo umrijeti vrlo nam je korisna. A zašto je tako? Ako nismo svjesni smrti, nećemo misliti ni na vježbanje, pa ćemo život provoditi u besmislicama, ne istražujući kakvi stavovi i djela produžuju patnju, a koji nam donose sreću.

Ako stalno ne mislimo o tome kako bismo svaki čas mogli umrijeti, past ćemo pod utjecaj lažnog osjećaja trajnosti, misleći: »Smrt je još nešto daleko, daleko«. I onda, kad nam dođe vrijeme, čak ako tada i pokušamo ostvariti nešto vrijedno, za to više nećemo imati snage. Mnogi Tibetanci u mladim godinama ulaze u samostan pa proučavaju tekstove o duhovnim vježbama, ali kad dođe vrijeme i za stvarno vježbanje, za to im najednom nedostaje sposobnosti. Razlog je tome što ti ljudi ne raspolažu istinskim razumijevanjem netrajnosti.

Ako, razmislivši o tome kako da vježbamo, zaključimo da to apsolutno moramo učiniti, te se na nekoliko mjeseci, pa čak i mnogo godina, povučemo u osamu, to onda znači da nas je motiviralo znanje o vlastitoj netrajnosti. Ali ako se taj jaki poriv ne održava stalno ponavljanim razmišljanjima o razornom djelovanju netrajnosti, naše će vježbanje polako usahnuti. Eto zašto neki ljudi godinama ostaju u osami, ali to iskustvo ne ostavlja nikakva traga na njihovu kasnijem životu. Razmišljanje o netrajnosti ne samo da nas motivira na vježbanje nego mu daje i goriva.

Posjedujemo li snažan osjećaj o izvjesnosti smrti i neizvjesnosti trenutka njezina dolaska, bit ćemo motivirani iznutra. To je kao da nas prijatelj upozorava: »Budi pažljiv, budi ozbiljan, prolazi još jedan dan.«

Mogli bismo čak i otići od kuće da živimo redovničkim životom. Učinimo li tako, dobit ćemo novo ime i odjeću. Tad ćemo osim toga imati i manje žurnih poslova; morat ćemo promijeniti svoje stavove, pa svoju pažnju usmjeriti na dublje svrhe. Ostanemo li, međutim, i dalje zaokupljeni površnostima što ih donosi trenutak - slasnom hranom, lijepim ruhom, boljom kućom, ugodnim razgovorom, mnoštvom prijatelja i znanaca, pa čak i stvaranjem neprijatelja od

ljudi koji učine nešto što nam nije po volji, a onda još i svađama i koškanjem - nećemo postati ništa bolji no što smo to bili prije ulaska u samostan, a možda postanemo još i gori. Ne zaboravimo, nije dovoljno samo se povući od tih površnih djelatnosti zato što su nam one neugodne, ili zato što se bojimo što bi mogli pomisliti naši prijatelji koji su također krenuli putem spoznaje - jer promjena mora doći iznutra. To je istina za redovnike i redovnice, baš kao i za laike koji se prihvate duhovnih vježbi.

Možda smo obuzeti osjećajem trajnosti, uvjerenjem da još dugo nećemo umrijeti, te da nam dok smo još živi trebaju naročito dobre jestvine, odjeća i razgovor. Iz čiste želje prema prekrasnim ugodama sadašnjeg trenutka, čak i ako one, gledajući dugoročno, i nemaju nekog velikog smisla, bit ćemo spremni posegnuti za svakovrsnim besramnim pretjeranostima i smicalicama samo da dobijemo to što smo poželjeli - pa ćemo posuđivati uz visoke kamate, s visoka gledati na prijatelje, pokretati parnice - a sve da bismo dobili i više od onog što nam je razumno potrebno.

Budući da smo život posvetili takvim djelatnostima, novac nam postaje privlačniji od učenja, pa ako tada čak i pokušamo vježbati, nećemo tome posvetiti previše truda. Ako nam iz knjige ispadne stranica, možda ćemo se nečkati da je dignemo, no ako na zemlju padne novac, onda o nečkanju nema ni govora. Sretnemo li ljude koji su život zaista posvetili težnji za višim stvarima, o njihovoj ćemo pobožnosti možda imati dobro mišljenje, no to će ujedno biti i sve, no ako opazimo čovjeka otmjeno odjevena kako pokazuje svoju imućnost, poželjet ćemo da i mi to steknemo, za tim osjetiti žudnju, te se ponadati da ćemo do toga doći - i za tu se žudnju sve više vezati. Napokon ćemo postati spremni na sve samo da se toga dokopamo.

Kad jednom počnemo žudjeti za raskošima ovoga života, u nama će ojačati loše emocije, te sa svoje strane nužno dovesti do još mnogih loših djela. Takve kontraproduktivne emocije samo vode u nevolju, te nas navode da postanemo neugodni i sami sebi i ljudima oko sebe. Čak i ako ukratko naučimo kako da vježbamo stupnjeve puta k prosvjetljenju, ipak ćemo stjecati sve više materijalnih dobara te se zaplitati sa sve više ljudi sve dok ne počnemo, da tako velim, vježbati površnosti ovoga života, te meditativno kultivirati želju za prijateljima i mržnju prema neprijateljima te smišljati načine kako da udovoljimo tim lošim emocijama. Kad dospijemo do tog stanja, onda ćemo, čak i ako čujemo za stvarnu, blagotvornu vježbu, biti skloni pomisliti: »Da, to je tako, ali...« I tako će jedan »ali« slijediti za drugim. Zapravo smo se svi mi na svoje loše emocije već navikli kroz svoje cikličko postojanje koje nema početka, ali smo mu sad dodali još i vježbanje površnosti. Time se naše stanje samo još više pogoršava, jer nas sve to odvraća od onog što bi nam zaista pomoglo.

Budu li nas gonile takve žudnje, nikad nećemo naći smirenje. Nećemo usrećivati druge ljude - a izvjesno ni sebe. Jer što postajemo usmjereniji na sebe

- »moje ovo, moje ono«, »moje tijelo, moj imetak« - svatko tko nas u našim željama ometa smjesta postaje ciljem našega gnjeva. Iako prenaglašavamo »svoje prijatelje« i »svoje rođake«, oni nam ipak ne mogu pomoći ni u času rođenja ni u trenutku smrti; na ovaj smo svijet došli sami, s njega nam je samima i otići. Kad bi nam se u smrtnom času mogao pridružiti prijatelj, ta bi spona bila vrlo vrijedna, ali to nije moguće. Kad bi nam, kad se ponovno rodimo i nađemo u posve nam nepoznatim okolnostima, prijatelj iz prošloga života mogao biti od nekakve pomoći, i to bi moglo biti vrijedno razmišljanja, ali to nažalost nije moguće. Pa ipak, između rođenja i smrti, kroz nekoliko desetljeća, mi stalno ponavljamo »moj prijatelj«, »moja sestra«, »moj brat«. Takvo nam posve neumjesno isticanje nije ni od kakve koristi, ono u nama samo stvara još veću smetenost, još jaču požudu i mržnju.

Ako pretjerano ističemo prijatelje, isto će nam se dogoditi i s neprijateljima. Kad se rodimo, niti mi ikoga poznajemo, niti itko poznaje nas. Iako svi mi podjednako težimo sreći i ne želimo patiti, ipak nam se lica nekih ljudi sviđaju, pa mislimo: »To su moji prijatelji«, dok nam se lica drugih ne sviđaju pa mislimo: »To su moji neprijatelji«. Tim licima pridajemo identitete i nadimke, da bismo na kraju vježbali buđenje želje prema prvima i mržnje prema potonjima. I kakvu to onda ima vrijednost? Ma baš nikakvu. Nevolja je u tome što se pritom toliko energije troši na brigu o razini koja nije dublja od životnih površnosti. Ono duboko gubi bitku s trivijalnim.

Ako nismo vježbali, a u smrtni se čas nađemo okruženi rasplakanim prijateljima i ostalima s kojima smo u životu općili, umjesto da kraj sebe zateknemo nekoga tko će nas podsjetiti na vježbanje krjeposti, to će nam društvo donijeti samo nevolje, i to nevolje koje smo sami zazvali. I što je tu onda bilo krivo? To što smo s uma smetnuli netrajnost.

Prednosti svijesti o netrajnosti

Pa ipak, ako na to da nam do svijesti prodre spoznaja o tome da ćemo umrijeti ne čekamo sve do samoga kraja, i ako već sada realistički procijenimo svoju situaciju, onda nas neće nadvladati površni, vremeniti ciljevi. I nećemo zanemariti ono što je dugoročno važno. Bolje je već na samom početku shvatiti da ćemo umrijeti pa pokušati otkriti što je u životu vrijedno truda. Ne smetnemo li s uma kako život brzo prolazi, naučit ćemo cijeliti svoje vrijeme pa raditi samo ono što nešto vrijedi. Vodi li nas jak osjećaj imanentnosti smrti, osjetit ćemo potrebu za predavanjem vježbanju svog duha, usavršavanju svog uma, pa nećemo tratiti vrijeme na kojekakve besmislice - od jela i pila pa sve do beskrajnih razgovora o ratu, ljubavnom životu i glasinama.

Sva bića teže sreći i ne žele patiti. Mi se pak služimo mnogim razinama tehnike za uklanjanje neželjene patnje u njezinom površnom i dubokom obliku, no ponajčešće u ranom dijelu života za sprječavanje kasnije patnje. I religiozni ljudi i oni koji to nisu, kroz čitav život teže tome da jednu patnju ublaže i drugu otklone, te pritom ponekad prihvaćaju čak i samu bol kao sredstvo kojim će ukloniti još veću patnju i postići izvjesnu mjeru sreće.

Svi se ljudi trude otkloniti površni bol, no postoje i tehnike koje se bave uklanjanjem patnje na dubljoj razini - usmjerene na to da, u najgorem slučaju, umanje patnju u budućim životima, a u najboljem uklone sve oblike patnje s čovjeka koji vježba svoj duh, baš kao i sa svih drugih bića. Duhovne vježbe pripadaju tom dubljem obliku.

Takve tehnike predmnijevaju modificiranje odnosa prema životu, pa zato vježbanje duha dovodi do pozitivnog modificiranja misli. Na sanskrtu se to zove dharma, što znači »držanje«. To znači da se modificiranjem kontra-produktivnih stavova oslobađamo od određene razine patnje i tako držimo podalje od te patnje. Duhovne vježbe štite, ili zadržavaju podalje od jada i nas i druge ljude.

Nakon što smo najprije shvatili vlastitu situaciju u svjetlu cikličkog postojanja, i potrudili se zadržati podalje od patnje, svoje ćemo razumijevanje proširiti i na druga bića i razviti sućut, što znači da ćemo se posvetiti zadržavanju i drugih ljudi izvan dohvata patnje. To svakako ima svog praktičnog smisla, jer svakako stoji da ja, koji sam samo jedno biće, mogu odlučiti da preuzmem brigu o mnogim drugim bićima, no to ima i svoju drugu stranu jer ću i ja, usmjerivši svoje djelovanje na dobrobit drugih ljudi, i sam postati sretnijim. Sućut, naime, smanjuje strah pred vlastitom patnjom i jača unutrašnju snagu. Ona nam daje osjećaj snage, ona u nama budi uvjerenje da možemo izvršiti svoje zadaće. Ona nam pruža poticaj i ohrabrenje.

Dopustite mi da navedem samo jedan mali primjer. Nedavno sam bio u Bodh Gayi, jer sam se bio razbolio od kronične crijevne zaraze. Na putu za bolnicu bol mi je u abdomenu bio vrlo jak, i silno sam se znojio. Automobil je prolazio kroz područje Brda lešinara (tu je naučavao Buddha), u kojem su seljaci inače jako siromašni. Država je Bihar već i sama po sebi siromašna, no ovo je područje još siromašnije. Nisam vidio čak ni djecu kako idu u školu. Gola bijeda. I bolest. Ostala mi je sasvim jasna uspomena na dječaćića oboljela od paralize koji je na nogama imao hrđave željezne ortopedske aparate, a pod pazuhom metalne štake. Bilo je očito da se o njemu nitko ne brine. To me je jako potreslo. Malo sam kasnije ugledao starca u čajani. Na sebi je imao samo prljave dronjke; bio je pao na zemlju, i tu su ga ostavili da leži, i nikoga za nj nije bila briga.

Kasnije, u bolnici, misli su mi nastavile kružiti oko toga što sam vidio, pa sam razmišljao kako je to tužno da ja imam koga da se o meni brine, dok ti jadnici nemaju baš nikoga. I onda su mi misli odlutale na to, ne baveći se

mojom patnjom. Iako mi je s tijela lijevao znoj, moja je zabrinutost bila usmjerena na nešto drugo.

I tako moj um, unatoč tome što mi je tijelo trpjelo veliki bol (u crijevnoj mi se stijenki otvorila rupa), od kojeg nisam mogao ni oka sklopiti, ipak nije patio ni od kakva straha ili nelagode. Da sam se koncentrirao na vlastite probleme, moja bi se situacija samo još više pogoršala. To je primjer iz mog skromnog iskustva o tome kako sućutni stav pomaže čak i onom tko ga zauzme, te kako on do izvjesne mjere potiskuje i sam tjelesni bol te od nas tjera duševni jad, i to unatoč činjenici da time ne možemo izravno pomoći drugim ljudima.

Sućut u nas ucjepljuje hrabriji odnos prema životu, i zahvaljujući upravo toj hrabrosti postajemo opušteniji. A kad naša perspektiva obuhvati i patnju neograničenih bića, naša nam se patnja, u usporedbi s njom, počinje činiti neznatnom.

Oslobođenje od straha

Naš život stanuje sred uzroka smrti
Ko svjetiljka na jakom vjetru.

Nagarjuna, Dragocjeni vijenac

Prvi je pančen-lama napisao pjesmu u sedamnaest kitica pomoću koje se mnogi Tibetanci koncentriraju pri svakodnevnoj meditaciji o smrti. Naslov je te pjesme: Želje za oslobađanjem iz opasnog tjesnaca prelaznoga stanja, za oslobađanjem junaka od straha. Da bismo se oslobodili tog tjesnaca straha, primjerice od toga da će nas zaskočiti razbojnici, nasilnici ili divlje zvijeri, moramo prije svega imati junačkog i sposobnog vodiča da nas iz njega izbavi. Slično tome, da bismo se oslobodili straha od iluzornih pojava u trenutku umiranja i u onom prelaznom stanju između dva života, moramo vježbati po savjetima ove pjesme, baš kao što moramo uvježbavati i duboke tehnike za oslobađanje od tih strahova. Razmišljanjem ćemo o toj pjesmi doznati kako se smrt zapravo odigrava, i to će nam znanje biti korisno kad ona i stvarno nastupi. U trenutku se umiranja manifestiraju dublje razine uma, no vrata tih stanja otvaraju i svakodnevne meditacije.

U toj pjesmi nalazimo čitav niz želja koje mogu poslužiti svakome od nas, tako da kad smrt udari, um na nju može reagirati na kreposan način. Neki teže tome da u trenutku smrti stvore snažnu kreposnu motivaciju, kojom će ojačati i aktivirati kreposne predispozicije, a što onda vodi u povoljno ponovno rođenje. Njihov je cilj postizanje dobre transmigracije u sljedeći život, da bi u njemu nastavili vježbanje vjere. Drugi pak, kao što ćemo vidjeti, teže tome da iskoriste dublje razine svijesti koje se manifestiraju dok umiremo, da bi tako dosegli naprednije duševno stanje. Svi učenici koji vježbaju teže tome da drugima budu od koristi.

Pjesma prvog pančen-lame opisuje tri razine duhovnog vježbanja - razinu za najuvježbanije, za one srednje i napokon za one najmanje uvježbane - i to u obliku želje da u procesu umiranja ostanemo svjesni, baš kao i da takvi ostanemo u onom stanju između dva života, te pri ponovnom rođenju. Ona potanko govori o tome što bismo morali činiti na svakom od tih stupnjeva. U životu moramo doseći primjerenu razinu vježbanja da bismo u trenutku smrti mogli uspješno proći kroz sve stupnjeve.

A kad smrt i stvarno dođe, ako nismo već otprije navikli na vježbanje, onda ćemo vrlo teško uspjeti u svakom blagotvornom razmišljanju. Zato je već sada vrijeme da vježbamo i pripremamo se dok smo još sretni i veseli i životne su nam prilike skladne. Onda u trenutku prave potrebe i pritiska nećemo morati brinuti. Ako se sada, kad imamo vremena za slušanje, razmišljanje, meditiranje i postavljanje pitanja, ne pripremamo za smrt, u zadnji dan za to više neće biti vremena, pa ćemo ostati bez zaštitnika i pribježišta, i od svega će nam ostati još samo žaljenje. Daleko je bolje još mnogo prije tog trenutka ustanoviti stalnu praksu razmišljanja o procesu umiranja i onom međustanju između dva života - vježbati se u zamišljanju pojedinih faza, tako da nam one postanu bliske. To je veoma važno, jer onda možemo ostvariti uspjeh u skladu s našim najvišim sposobnostima.

Samo poznavanje procesa umiranja i s njim povezanih vježbi nije, međutim, dovoljno, jer je nužno da se kroz mjeseci i godine s njima i zbližimo. Ako sada, kad su nam osjetila još bistra i svijest još nije degenerirala, svoj um ne podložimo putovima vrline i s njima ih zbližimo, onda će umu biti teško - kad počne umiranje - vlastitim snagama krenuti malo mu poznatim putem. Na samrti možemo biti i tjelesno slabi od bolesti i mentalno potišteni zbog užasnoga straha. Zato je nužno zbližiti se s vježbama povezanim s umiranjem. Za to nema zamjene. I tu ne pomaže nikakva pilula.

Spremnost na poduzimanje napora koji moramo uložiti da bismo ovladali tim vježbama, ovisit će o unutrašnjoj motivaciji koja potječe iz uvjerenja da doživljaj zadovoljstva i bola stoji u izravnom odnosu s našim kreposnim ili nekreposnim djelovanjem. Zato je važno već na početku razviti razumijevanje uzroka i posljedica pojedinih djela, to jest karme, a koje polazi od spoznaje da dobra djela potječu od ukroćena uma, a loša od neukroćena. Iako kreposna i nekreposna djela činimo tijelom, govorom i umom, od toga je troga ipak najvažniji um, zbog čega je sukus buddhističkog vježbanja preobražaj uma. Buddhistički nauk posebno naglašava važnost ukroćenog uma - a to kroćenje polazi od opažanja da smo sami tvorci vlastitog užitka i bola. Ili, kako bi to rekao Buddha:

Prosvjećeni ne spiru zla djela vodom,
 Niti rukama uklanjaju patnje prelaska iz života u
 život,
 Niti svoje spoznaje prenose na druge.
 Bića se oslobađaju naučavanjem istine, o prirodi
 samih stvari.
 Svatko je od nas svoj vlastiti zaštitnik;
 uгода i ne uгода u našim su rukama.
 Status i loza pančen-lama

Prvi pančen-lama, a zvao se Losang Chokvi Gveltsen, bio je tutor petog dalaj-lame u sedamnaestom stoljeću. Prije tog vremena, iako je bio tek obični redovnik, i mještani i njegov učitelj smatrali su ga inkarnacijom velikog tibetskog jogina Ensabe. Njega možda i ne bi ubrojili među najveće učenjake, ali je zato bio velik po svojim vježbama. Baš kao i njegov učitelj Sangyay Yeshay, i on je gajio istinsko poštovanje prema drugim tradicijama buddhističkog vježbanja. U sabranim djelima njegova učitelja nalazimo i religijski vokabular drugih tradicija, pa je njegova otvorenost zacijelo utjecala i na načine vježbanja samog Losanga Chokyija Gveltsena. Njegov je učitelj neosporno uvelike pridonio međusobnom uvažavanju i harmoniji između različitih tibetskih škola buddhizma.

Prijašnji je pančen-lama, Lobsang Trinlev Lhundrup Choekyi Gveltsen, deseti u nizu reinkarnacija, umro 1989. On i ja smo se rodili u sjeveroistočnoj pokrajini Tibeta zvanoj Amdo. U trenutku je njegova izbora kao reinkarnacije njegova prethodnika o tome bilo malo rasprave. Službenici njegova samostana u Shigatseu, koji se nalazi u zapadnom Tibetu, bili su u pokrajini Amdo, na području u utjecajnoj sferi vođa muslimanskih paravojnih postrojbi. Oni su zaključili da je baš taj dječak prava reinkarnacija devetog pančen-lame. U Sporazumu od sedamnaest točaka, a koji je kineska vlada podržavala kao sredstvo za upostavljanje odnosa s Tibetom, Kinezi su stavili do znanja, a možda na tome i inzistirali, da tibetska vlada tog dječaka, koji im je već u rukama, mora priznati za desetog pančen-lamu. Zato je njegovo priznavanje bilo ponešto sporno, ali se kasnije pokazao velikim junakom, hrabrim u službi i tibetskog buddhizma i tibetskog naroda. O tome nema sumnje.

Kad smo se upoznali negdje oko 1952., on je bio vrlo nedužno stvorenje, vrlo iskren i vrlo pametan. Godine 1954., kad smo obojica otišli u Kinu, on je iz zapadnog Tibeta došao na nekoliko dana k meni u prijestolnicu Lhasu. Zatim je prosljedio za Kinu, kroz pokrajinu Amdo, a ja sam pošao kroz Kongpo. Vjerojatno je zbog nezadovoljstva nekih svojih službenika ponešto promijenio i svoje stavove.

Godine 1956., na proslavi 2500. Buddhina rođendana, kad smo se obojica našla u Indiji, od svega je toga još bila ostala neka mala slutnja. Tada su se, međutim, zbili vrlo tužni događaji - riječ je o borbi s kineskom vojskom, 1957. i 1958. u dvije istočne pokrajine, Amdu i Khamu - i sad su vijesti o zvjerstvima što ih je izvršila kineska vojska napokon stigle i do njega. Tek je tada shvatio, vjerojatno prekasno, da se čitav Tibet mora ujediniti i suočiti se s tom novom pogibelji. Na moj mi je završni skolastički ispit poslao provjerenog redovnika, svog službenika, koji mi je objasnio da se u pančen-laminim nazorima, a zbog nedavnih zbivanja u njegovu zavičaju, dogodila velika promjena. Suočen je s tom novom opasnošću lama bio čvrsto odlučio da će njegov samostan u Shigatseu surađivati s tibetskim vlastima.

Poslije mog bijega iz Tibeta u Indiju 1959., pančen-lama je preuzeo moje mjesto vođe u Tibetu i sljedećih se nekoliko godina vladao prekrasno. Napokon su ga, međutim, ipak stavili najprije u kućni pritvor, a onda i u zatvor. Pošto su ga oslobodili, mudro je i ne žaleći truda iskoristio svaku priliku za popravljavanje stanja buddhističke religije i tibetske kulture. Kad velim »mudro«, pritom mislim kako nije zadirao u osjetljiva pitanja, kao što je to primjerice pitanje tibetske neovisnosti, nego je naprosto sve svoje snage ulagao u očuvanje buddhizma i tibetske kulture. Gdjekad bi čak i javno grdio Tibetance koji nose samo kinesku odjeću i govore samo kineski. Na njih je zatim vršen pritisak da nose tibetsku odjeću i govore tibetskim jezikom. Kroz takvo se djelovanje i potvrdio.

Njegova je smrt došla i prerano i nenadano. I jako me je rastužila. Dok je on bio živ, u zemlji je bio Tibetanac i vođa koji govori u ime naroda, dok sam mu ja koliko sam mogao pomagao izvana. Sad, kad smo ga izgubili, u zemlji nije ostao nitko da nastavi njegovo djelo. Ostali su bili ili prestari ili prezastrašeni. Njegova je smrt bila veliki gubitak.

Čim je on preminuo, poslao sam poruku kineskoj vladi te izrazio želju da pošaljem duhovnu delegaciju koja bi u samostanu pančen-lame prinijela žrtvu, ali mi je to dopuštenje ostalo uskraćeno. Poslije nekoliko godina zamolio sam kinesku vladu da u zemlju pusti duhovničku delegaciju koja će mu potražiti reinkarnaciju, ali sam i opet bio odbijen.

Očito je u svemu ipak bilo najvažnije da pančen-lamina reinkarnacija bude autentična. U to su se vrijeme neki Tibetanci zalagali za to da se reinkarnacija potraži izvan okupiranog Tibeta, ali sam ja držao da njih vode politički motivi. Istinski je važno bilo samo pronaći stvarnu reinkarnaciju, pa sad je li u Tibetu ili izvan njega. Znao sam da će, ako je reinkarnacija u Tibetu, o njoj biti nužno raspraviti s kineskom vladom, zbog čega sam i želio poslati spiritualnu delegaciju da je potraži.

Taj je zahtjev bio odbijen, ali sam u međuvremenu preko neformalnih, privatnih kanala, stupio u vezu s lamom Chandrelom Rinpochayem, i on mi je poslao popis preko dvadeset pet kandidata popraćen s nekoliko slika. Čim sam ugledao sliku Gedhuna Choekyija Nyime, odmah me obuzeo osjećaj sklonosti i prisnosti. Obavio sam neka gatanja, i ona su za nj bila vrlo povoljna. Napokon sam obavio i gatanje pomoću zdjele s kuglicama od tijesta, u kojima su bili smotani papirići s imenima kandidata. I iz zdjele je izletjelo baš njegovo. Pomoću takvih sam postupaka zaključio da je baš on reinkarnacija desetog pančen-lame.

To, međutim, nisam i objavio. Kako je prolazilo vrijeme, sve me je više Tibetanaca, pogotovo iz zemlje, nukalo da donesem odluku. Pokušao sam stupiti u vezu s kineskom vladom, ali bezuspješno. Napokon sam pomislio kako bi bilo primjereno njegovo ime objaviti na dan kad je Buddha prvi put naučavao o Kalachakri, ili Kotaču vremena, s kojim je pančen-lama stajao u posebnoj

vezi. Pomoću kuglica tijesta sam obavio još jedno gatanje, i ono mi je trebalo reći da li da objavim to ime ili ne, i odgovor je bio potvrđan.

Objavio sam izbor, i sutradan dočeka veliku grdnju od naših kineskih gospodara. Pri svemu je tome, međutim, najviše zastrašivalo to što je već za nekoliko dana ta mlada reinkarnacija, zajedno s roditeljima, bila otpremljena iz zavičaja u Lhasu, a odatle u Kinu, te da od tada o svima njima nije više bilo ni glasa. To me jako rastužilo, jer je posljedice mojih - sa stanovišta kineskih vlasti - protuzakonitih čina moralo snositi dijete.

Kinezi vjeruju da njima pripada najviša vlast. Tako se u tibetskoj povijesti nekoliko puta doista i dogodilo, i to kad bi zbog suženog izbora kandidata u tibetskoj zajednici došlo do unutrašnjih neslaganja pojedinih struja. Tada bi se okrenuli kineskom caru, koji je bio i buddhist i zaštitnik tibetskog buddhizma, te ga zamolili da pred kipom Shakvamuni Buddhe donese konačnu odluku, i to pomoću zlatne posude iz koje bi izvukao ime napisano na štapiću. To su bili slučajevi kad su Tibetanci sakralne rasprave zaključivali na pobožan način.

Moj prethodnik, trinaesti dalaj-lama, bio je izabran jednoglasno od strane tibetske vlade i to poslije uobičajenih internih procedura te bez vanjskih konzultacija. Kad su pak njega zapitali o izboru devetog pančen-lame, on je objavio svoj izbor između kandidata, ali je bio premlad da bi djelovao sasvim autoritativno. Budući da su Tibetanci skloni putu najmanjeg otpora, vanjsku su odluku potražili pomoću zlatne posude, a sam je čin obavio kineski veleposlanik. Iz nje je, međutim, ipak izišlo ime koje je trinaesti dalaj-lama bio odlučno preporučio.

Budući da su Tibetanci vjerovali kineskom caru, sasvim je prirodno da su svog zaštitnika i poklonika svoje vjere uključivali u neke važne vjerske djelatnosti. Danas su se prilike u tom pogledu sasvim promijenile, jer trenutne kineske vlastodržce prije svega zanima sama vlast. U slučaju današnjeg pančen-lame, kineske su vlasti izvele gatanje pomoću zlatne posude da bi same izabrale drugog novog dalaj-lamu, ali je sve već bilo unaprijed izrežirano - on i njegovi roditelji već su radi javnog pokazivanja čekali u hramu. A onda su vlasti redovnika - koji je u svojstvu vođe tibetskog buddhizma »izabrao« štapić - stavile u kućni pritvor. Što je nedvojbeno totalitarizam.

Ipak sam u dvije-tri zgođe vidio video-zapis od kineskih vlasti službeno imenovanog pančen-lamu Gvaltsena Norbua, i izgledao mi je sasvim u redu. Na jednom je snimku baš držao predavanje o ritualu dugog života. Tu je ceremoniju znao napamet i vrlo je dobro objasnio značenje tog obreda.

Opći prikaz pjesme

Pjesma od 17 kitica prvog pančen-lame vodič je kroz osebujne buddhističke tehnike svladavanja straha od smrti te iskorištavanja faza umiranja u svrhu duhovnog napretka.

Ja se pak nadam da će taj opis unutrašnjih, psiholoških doživljaja i psiholoških promjena sve one koji mare za smrt i dublje razine uma potaknuti na korisna razmišljanja, te da će znanstvenicima zainteresiranim za suradnju s buddhističkim učenjacima i joginima u pitanjima povezanim s umiranjem poslužiti kao dobar izvor informacija. Iako znanstvenici obično um smatraju proizvodom tijela, neki specijalisti već počinju razmišljati o umu kao o neovisnom entitetu koji može utjecati na tijelo. Očito je da snažni osjećaji, primjerice mržnja, mogu utjecati na tijelo, no danas se počinju vršiti pokusi povezani sa specifičnim tehnikama vježbanja uma, namijenjenih primjerice jačanju vjere, sućuti, sabranosti na jednu točku, razmišljanja o praznini, ili specijalnim meditacijama u nvingman-skoj tradiciji tibetskog buddhizma. Ti pokusi pokazuju da mentalno vježbanje može imati autonomnu funkciju te utjecati na tijelo, pa ga čak i učiniti neosjetljivim. Vjerujem da korisno može biti i savjetovanje s medicinskim sestrama, i to napose na odjelima za umiranje, o predznacima skore smrti.

Prvih sedam kitica pančen-lamine pjesme govore nam kako da pristupimo smrti. Poslije početne strofe koja nam govori o traženju pribježišta u Buddhi, Doktrini i duhovnoj zajednici (koju ćemo objasniti u ovom poglavlju), sljedeće dvije kitice (treće poglavlje) bave se važnošću vrednovanja trenutnog života kao prilike za vježbanje duha. One nam opisuju kako da tu dragocjenu priliku iskoristimo za razmišljanje o netrajnosti sadašnjosti, eda bismo oslabili svoju pretjeranu vezanost za efemerne doživljaje?* Četvrta i peta kitica (četvrto poglavlje) govore nam o stjecanju perspektive kojom možemo svladati i nenasnosnu patnju koja znade nastupiti pred smrtni čas, baš kao i tlapnje koje se pojavljuju kad umiremo. Šesta i sedma kitica (peto poglavlje) propisuju nam kako da ostvarimo najpovoljnije uvjete za umiranje, i to tako da se prisjetimo što da vježbamo i ostanemo radosna srca.

Sljedeće tri kitice (šesto poglavlje) nadugo opisuju prikaze što se pojavljuju kroz prve četiri faze umiranja te nam govore kako da se kroz njih probijemo meditira-njem. Taj se odjeljak poziva na naše poznavanje urušavanja fizičkih elemenata koji podupiru svijest i s tim povezanim doživljajima. Oni postupno otvaraju put manifestiranju tri dublja, suptilna uma, kako je to opisano u kitici koja slijedi (sedmo poglavlje). To poglavlje izlaže strukturu uma i tijela prema Najvišoj jogi tantri. Dvanaesta i trinaesta kitica (osmo poglavlje) bave se vrhunskim doživljajem funda-mentalnog naravnog uma od jasnog svjetla. Ta je najdublja razina uma temelj sveg svjesnog života.

Posljednje četiri kitice (deveto i deseto poglavlje) opisuju prelazno stanje (poslije smrti i prije početka sljedećeg života) te pokazuju kako se trebamo postaviti prema često užasnim doživljajima koji nas znadu snaći u tom stanju.

One potanko opisuju različite razine kojima učenici moraju težiti da bi ih one vodile na putu ponovnog rođenja.

Sve te kitice, uzete zajedno, obuhvaćaju čitavo područje priprema za smrt, te nas uče kako da uklonimo nepovoljne okolnosti, stvorimo povoljne, kako da se dok umiremo prepustimo duhovnoj vježbi, kako da se odnosimo prema prelaznom stanju između dva života, te napokon kako da utječemo na predstojeće ponovno rođenje.

Početak pjesme: Poslušnost Manjushriju

Prije početka pjesme prvi pančen-lama najprije izražava štovanje i poslušnost prema Manjushriju, tjelesnom izrazu mudrosti svih buddha (prosvjetljenih). Pjesnik smatra da je Manjushri neodvojiv od njegova lame, to jest učitelja. A razlog zbog kojega iskazuje poslušnost Manjushri jest ovaj.

Bitni preduvjet za dobru smrt i dobro prelazno stanje između dva života, pa čak i postizanja buddhinstva (prosvjetljenja) kroz kontinuum života, jest uspješno vježbanje jasnog svjetla smrti. Postoje dva razreda vježbanja: jednim se vježba sućut, a drugim mudrost. Vježbanje jasnog svjetla koje se pojavljuje pri umiranju već je obuhvaćeno vježbanjem mudrosti; zbog toga je ono sadržano i u fazama naučavanja dubokog shvaćanja koje tvrdi da je pojavnost sukladna s prazninom opstojanja u sebi - a koje nam shvaćanje od našeg ljubaznog učitelja Shakvamuni Buddhe prenosi Manjushri. (I faze naučavanja o golemoj sućutnoj motivaciji i milosrdnim djelima također nam prenosi Shakvamuni Buddha, ali posredstvom Maitrevje i Avalokiteshvare.) I tako, budući da uspješno vježbanje umiranja i prelaznog stanja između dva života polazi uglavnom od mudrosti, prvi pančen-lama izražava štovanje Manjushriju:

Poslušnost guruu Manjushriju

Pošto je izrazio poslušnost manifestaciji mudrosti, prvi pančen-lama počinje i samu pjesmu.

Prva kitica

Ja i sva bića u čitavom svemiru i bez izuzetka Pribježište tražimo sve do najvišeg prosvjetljenja U prošlim, sadašnjim i budućim Buddhama,
u Doktrini i Duhovnoj zajednici. O neka bismo bili izbavljeni od strahova ovoga života, sljedećeg iprelaznoga stanja.

Držeći se načela samopomoći, buddhisti svoje pribježite traže kod Buddhe kao učitelja, te ga i nalaze u njegovoj Doktrini (u stupnjevima ostvarenja i učenjima o njima), kao i u duhovnoj zajednici kao vodiču prema tom pribježištu. Oni razvijaju uvjerenje da internalizacija te Doktrine može pružiti zaštitu od patnje. Oni smatraju da ta Tri dragulja (Buddha, njegova Doktrina i duhovna zajednica) predstavljaju konačno pribježište.

Traženje pribježišta samo zato da bi nam ono olakšalo patnju i oslobodilo nas od cikličkog postojanja ne udovoljava, međutim, zahtjevima altruizma. U takvom nam slučaju perspektiva ne bi imala golemu širinu. Mi pribježištu moramo težiti zbog svih bića koja osjećaju, zbog njihova oslobođenja od patnje i dostizanja buddhinstva (prosvjetljenja). Sveznanju buddhinstva moramo težiti radi postizanja primarnoga cilja - pomaganja drugima.

Moramo, naime, u obzir uzeti sva osjetilna bića u svemiru te težiti postignuću krajnjeg ili najvišeg prosvjetljenja, onoga koje nadilazi prosvjetljenje učenika uskih pogleda, jer ono predmnijeva ne samo uklanjanje zapreka oslobođenju od cikličkog postojanja nego i postizanje sveznanja. To konačno prosvjetljenje ili najviša nirvana izlazi izvan krajnosti, i to kako krajnosti zarobljavanja u cikličkom postojanju u kojem se stalno ponavlja krug rođenja, starenja, bolovanja i umiranja (takozvana samsara), tako i krajnosti nedjelatnog mira, stanja oslobođenosti kruga patnje ali bez postizanja potpune sposobnosti pomaganja drugima.

Prvi pančen-lama savjetuje svojim čitateljima da potraže pribježište u Buddhi, Doktrini i duhovnoj zajednici da bi postigli najviše prosvjetljenje, ali ponajviše zbog drugih osjetilnih bića. To je takozvano kauzalno pribježište, a tražimo ga u Tri dragulja ustanovljena u mentalnom kontinuumu drugih ljudi - pa svoju vjeru polažemo prije svega u prestanak patnje i duhovna stanja koja su aktivirali drugi radi nadvladavanja vlastite patnje. Zazivanje onih koji posjeduju ta Tri dragulja doziva njihovu sućut, ali ne tako da je u njima stvara, nego tako da nas prema njoj otvara.

Potražimo li kauzalno pribježište, time zapravo vježbamo Doktrinu što ju je naučavao učitelj Buddha, te za uzor uzimamo duhovnu zajednicu visokog ostvarenja. Time zapravo aktualiziramo duhovne staze i mnoge razine suzbijanja patnje. Na taj način postajemo i sami pripadnicima duhovne zajednice visokog ostvarenja, te postupno uklanjamo sve prepreke oslobođenju od cikličkog postojanja, baš kao i prepreke postizanju sveznanja - dakle pretvaranju u buddhu (prosvjetljenog). Tako se oslobađamo svih strahova i postizemo sveznanje, pa počinjemo pronicati u narav drugih ljudi i shvaćati koje će im tehnike biti najkorisnije. Radi dostizanja takvog konačnog pribježišta, ova kitica zaziva tri kauzalna izvora pribježišta da iskažu svoju sućut.

Budući da je pribježište preduvjet buddhističkog vježbanja, njime se bavi već prva želja u tekstu pančen-lame. Nemamo li pribježišta, teško da će nam vježbe donijeti uspjeh. Pa ipak, stav potpunog povjerenja u Tri dragulja sam po sebi nije dovoljan. Ili, kako bi to rekao Buddha: »Ja te učim putu oslobođenja. Ali znaj da samo oslobođenje ovisi o tebi.« Buddha je samo učitelj tog puta. On nam spoznaju ne daje na dar, već mi moramo moralnost, koncentrirano meditiranje i mudrost vježbati sami.

Uzmimo na primjer recitaciju mantre om mani padme hum, a koja se ponavlja radi zazivanja sućuti prema svim bićima. Poslije seanse ponavljanja -

kad mantru ponovimo dvadeset jedan put, ili sto i osam, ili čak i više puta - to se mantranje posvećuje recitiranjem molitve povezane s Avalokiteshvarom, zato što je on tjelesni izraz sućuti svih buddha:

Krepošću ove vježbe, Neka bih postigao stanje Jednako Avalokiteshvarinu
Eda bih pomogao svim osjetilnim bićima da postignu isto.

Postići buddhinstvo (prosvjetljenje) samo recitiranjem om mani padme hum nipošto nije moguće, ali ako tom vježbanju pridružimo istinski altruizam, ta nam mantra može poslužiti kao sredstvo za postizanje buddhinstva (prosvjetljenja). Isto tako, ako dotičemo kvalificiranog gurua, ili ga gledamo, ili slušamo, on na nas može djelovati pozitivno jer nam može pomoći u razvijanju dubljih duhovnih doživljaja. Kad se moj stariji tutor Ling Rinposchay i ja na početku formalnijih sastanaka dotičemo čelima, ili kad ga drugom zgodom uhvatim za ruku pa njome dotaknem svoje čelo, onda time u sebi stvaram jak i prislan osjećaj velike vjere i povjerenja. U Buddhino doba, kad bi mu netko tko ga je zaista volio i poštovao dotaknuo noge, to bi mu zacijelo donijelo nekakvu korist. Ali ako bi netko tko u nj nije imao vjere niti prema njemu osjećao poštovanje, Buddhu čak i uhvatio za nogu pa na nju pritisnuo glavu, time vjerojatno ne bi stekao nikakav blagoslov. Iako se ponešto traži i s guruove strane, glavnina svega ipak dolazi od učenika.

Bio je jednom jedan zaista prekrasni lama iz tibetske pokrajine Amdo, koji bi, kad god bi ga zamolili da učeniku stavi ruku na glavu, odgovorio:

»Ja nisam lama koji može udijeliti oslobođenje polaganjem ruke - u čijoj je samoj naravi patnja - nekome na glavu.«

ZAKLJUČNI SAVJETI

1. Motiv za vježbanje mora nam biti dobrobit svih živih bića - njihovo oslobođenje od patnje i postizanje savršenstva. Uvijek svoje motive, koliko je god to moguće, usmjerimo na pomaganje drugima. Ili bar pokušavajmo nikome ne nauditi.

2. Buddhe su učitelji duhovnog puta, ali oni spoznaju ne daju na dar, nego moramo sami svakodnevno vježbati ćudorednost, sabrano meditiranje i mudrost.

Pripremanje za smrt

Ne znajući da moram sve ostaviti i otići, zbog prijatelja sam i neprijatelja činio razna nevaljala djela.

Buddha

Druga kitica

O neka bismo iz onoga što nas drži na životu izvukli smislenu bit

A da nas ne skrenu besmisleni poslovi ovoga života,

Zato što nam taj valjani temelj, do kojeg je tako teško doći a raspada se tako lako,

Daje priliku da biramo između dobitka i gubitka, udobnosti i bijede.

Za uspješno vježbanje potrebni su nam povoljni unutrašnji i vanjski uvjeti, no mi ih već imamo. Tako, primjerice, već samim tim što smo ljudi posjedujemo tijelo i um koji omogućuju razumijevanje naučavanja. Time smo zadovoljili najvažniji unutrašnji uvjet. Od vanjskih su nam pak uvjeta potrebni prenošenje Doktrine i sloboda vježbanja. Ako imamo te uvjete pa se još i potrudimo, uspjeh ne može izostati. Ako se, međutim, ne potrudimo, tad nastaje golema šteta. Te preduvjete moramo cijeniti, jer bez njih ne bismo imali ni prilike da nešto učinimo. Zbog toga moramo cijeniti ono što nam je u ovom životu dano.

Budući da smo dobili ljudsko tijelo, baš kao i valjane vanjske okolnosti, onda svoj život, ukoliko želimo vježbati, možemo učiniti vrijednim življenja. I zato to moramo učiniti. I sad je trenutak da to učinimo. Ako uz takvu pruženu priliku poradimo na blagotvornim djelima, tad možemo ostvariti i mnogo krupnija; ako međutim, vođeni trima otrovima: požudom, mržnjom i smetenošću, poradimo na nevaljalstvima, onda možemo naprotiv ostvariti vrlo krupna zlodjela, i to u mnogo oblika.

Drugim je bićima, primjerice životinjama, koje ne posjeduju naš tako izvrсни ljudski temelj, nemoguće vlastitim snagama postići vrlinu. Postoje i rijetki slučajevi kad su i one pri valjanim vanjskim uvjetima postigle nešto kreposno, ali one vrlo teško mogu misliti. Kad životinje nešto čine zbog mržnje ili požude, one to čine privremeno i površno, te nisu sposobne za zla djela - u tjelesnom i verbalnom smislu - velikog intenziteta ili u mnogo varijeteta. Ljudi, međutim, mogu razmišljati polazeći od jako mnogo stanovišta. Zbog toga što je naša

inteligencija mnogo djelotvornija, mi smo ljudi sposobni i za dobro i za zlo u velikim mjerilima.

Ako se taj ljudski talent iskoristi za dobro, on može biti jako moćan. Ako si damo truda i posvetimo se dobrim djelima, onda možemo postići ciljeve i ovog i budućih života. Ako se pak ne potrudimo, naša zla djela mogu izazvati silnu patnju. To je razlog zbog kojeg su baš ljudi, od svih bića što su se od Zemljina postanka razvila na ovom planetu, donijeli najviše dobra, no zbog čega su i bića koja su naučila kako izazvati najviše straha, patnje i drugih nedaća - prijeteći čak i uništenjem čitavog planeta - također ljudi. Najbolja su djela učinili ljudi, baš kao što su učinili i najgora. Budući da raspoložemo tjelesnim sposobnostima za stvaranje dobitka i gubitka, udobnosti i bijede, onda moramo i nepogrešivo znati kako se te sposobnosti primjenjuju.

Kad bismo znali da ćemo neki darovani talent imati kroz čitav dugi niz života, možda bi bilo oprostivo da se njim ne poslužimo mudro već u ovom. To, međutim, nije tako. Promjenjivost svih pojava govori nam da one ovise o nekom uzroku, te je zbog toga opća promjenjivost našega tijela znak da je i ono ovisno o uzrocima. Elementi našeg oca i majke djeluju u našem tijelu kao uvjeti i uzroci, ali da bi se jajašce naše majke sjedinilo s očevim sjemenom, potrebni su i drugi uzroci. Tako, primjerice, narav naših roditelja ovisi o jajašcu i sjemenu njihovih roditelja i tako dalje, sve do jajašca i sjemena nekog osjetilnog bića nastalog nakon stvaranja svijeta. Pa ipak, kad bi stvaranje ovog tijela od krvi i mesa ovisilo samo o jajašcu i sjemenu, onda bi iz toga - jer njih u trenutku postanka ovog svjetskog sustava još nije bilo, a i zato što ni oni sami nisu mogli nastati bez uzroka (jer bi se inače pojavljivali uvijek i svuda ili nikad i nigdje) - dakako slijedilo da moraju postojati i drugi uzroci - a to je karma.

Svaki svjetski sustav ima svoju eru formiranja, nastavljanja, dezintegracije, te napokon praznine. Poslije te sekvence od četiri stupnja stvara se novi svjetski sustav, i to kruženjem vjetrova, ili energija, te susljednim razvojem drugih elemenata. Bez obzira objašnjavamo li taj proces u skladu s trenutnim gledištem znanosti ili buddhističkom filozofijom, u svakom slučaju postoji i neko vrijeme u kojem određeni svjetski sustav nije postojao. Proces stvaranja svjetskog sustava počinje od mnogo uzroka i uvjeta koje zajedno zovemo pojavama. Te pojave moraju stvoriti ili božanski tvorac ili moć karme (ranijih čina) ljudi koji će se u tom sustavu roditi, pa u njemu iskusiti i iskoristiti okoliš. S buddhističkog stanovišta nemoguće je da nešto što je uzrokovano, pa stoga netrajno (u što ubrajamo i svjetski sustav), u svom stvaranju ovisi o nadzoru, ili motivirajućoj sili, neuzrokovanoj i stoga trajnog božanstva. Naprotiv, proces se stvaranja okoliša odvija zahvaljujući karmi osjetilnih bića. Jedina bi druga mogućnost bila da to nešto nastaje bez uzroka, a što je apsurdno.

Baš kao što okoliš nastaje i raspada se ovisno o uzrocima i uvjetima, tako isto možemo reći i za kakvoću života osjetilnih bića. Čvrsto pravilo uzroka i posljedice određuje da, gledano dugoročno, dobri uzroci izazivaju dobre

posljedice, a loši loše. To znači da svakoj dugoročnoj dobroj posljedici prethodi akumulacija dobrih uzroka. Slično tome, da bi se izazvala moćna posljedica, nužno je imati moćan uzrok. Što se pak tiče naše tjelesne naravi, tj. sredstava za održavanje života, da bi ona valjano nastala, nužno nam je u ranijim životima akumulirati mnogostruke moćne uzroke i preduvjete koji pojedinačno stvaraju oblike, boju, jasnoću osjetila i druge kvalitete ovoga tijela.

Kad bismo izvršili dobro djelo i akumulirali njegovu moć, i kad ta moć ne bi mogla degenerirati sve dok ne donese plod bilo u ovom, bilo u budućem životu, ta moć ne bi bila tako lomna. Ali u stvarnosti nije tako. Naprotiv, stvoreno jako nekreposno stanje uma, primjerice gnjev, u pravilu nadjačava sposobnosti kreposno stvorene moći, tako da ona ne može donijeti ploda, i to je unekoliko slično prženju sjemena. I obratno, stvaranje snažnog kreposnog stava nadjačava moć stvorenu nekrepošću, zbog čega sad ona ne može izazvati posljedice. Iz toga slijedi da je nužno ne samo stvoriti mnoge snažne konstruktivne uzroke nego i izbjegavati suprotne sile zbog kojih bi ti blagotvorni uzroci degenerirali.

Dobra djela nužna za akumuliranje tih uzroka, ili potencija, izvire iz ukroćenog uma, dok zla djela izvire iz neukroćenog. Mi smo obični ljudi još od pamtivijeka naviknuti na neukroćeni um. S obzirom na tu predispoziciju, možemo slobodno zaključiti da su djela što ih činimo neukroćenim umom za nas moćnija, dok su djela učinjena ukroćenim slabija. Važno je shvatiti da to sjajno sredstvo za održavanje života koje danas posjedujemo, a riječ je o ljudskom tijelu, predstavlja zdravu posljedicu mnogih moćnih dobrih djela ukroćenog uma u prošlosti. Ljudsko je tijelo vrlo teško steći, i baš se zato što je ono takva izvanredna rijetkost, moramo stalno truditi da ga što bolje iskoristimo i nastojati da nam ne ode u tutanj. Da ono nije takva rijetkost, da ga nije tako teško steći, onda se ne bismo morali truditi, međutim nije tako.

Kad bi taj dar ljudskosti, koji se tako teško stječe, bio stabilan i trajan - nepodložan propadanju - imali bismo i kasnije vremena da ga iskoristimo. Taj je, međutim, sustav za održavanje života loman, te se zbog mnogih vanjskih i unutrašnjih uzroka vrlo lako dezintegrira. Arvadevine Četiri stotine kitica o jogističkim djelima Bodhisattve rezoniraju ovako: Ako tijelo ovisi o četiri elementa, to jest zemlji, vodi, vatri i vjetru, koji se međutim opiru jedan drugom, onda tjelesna sreća predstavlja tek slučajno postignutu ravnotežu tih elemenata, te nipošto ne predmnijeva trajnu harmoniju. Ako nam je primjerice hladno, toplina nam je u prvi čas ugodna, no ipak moramo nastojati da je ne bude previše. Isto vrijedi i za bolesti, jer lijek za jednu bolest može na kraju izazvati drugu, koju onda moramo suzbijati. Naše je tijelo izvor velikih nevolja i komplikacija; tjelesna je sreća tek privremeno odsustvo takvih problema.

Da bismo tijelo održali na životu, moramo ga krijepiti teškom hranom, no ako jedemo previše, ono što nam je potrebno zbog zdravlja pretvara se u izvor bolesti i bola. U zemljama u kojima je hrane malo, glad je izvor velike patnje, no patnju nalazimo i u zemljama u kojima je hrana izobilna te postoji u mnogo

hranjivih varijeteta - patnju nastalu zbog prejedanja i probavnih smetnji. Kad se uspostavi ravnoteža bez ikakvih vidljivih problema, to zovemo »srećom ali bi bilo bezumno pomisliti da smo time postali slobodni od bolesti - ili da ćemo to ikad postati. Tijelo kakvo posjedujemo dom je nevolja. Ne možemo reći, kad ne bi bilo bolesti, rata i gladi, da tad ne bismo umrli. U samoj je naravi tijela da se dezintegrira. Tijelo počinje umirati već u trenutku začeća.

Ljudsko je tijelo, dakle, dragocjen dar, moćan ali loman. Već samim time što smo živi, našli smo se u važnoj točki, i već time snosimo veliku odgovornost. Zahvaljujući tom tijelu mi i sebi i drugima možemo donijeti veliko dobro, zbog čega je svako vrludanje zbog životnih sitnica silno rasipno. Morali bismo iskazivati želju da život u ovom tijelu iskoristimo djelatno, te se obraćati svom guruu, trima zakloništima i drugim izvorima pomoći na tom putu, i tako sebe poticati iznutra i tražiti pomoć izvana. Radi postizanja tog cilja neće nam biti dovoljno samo recitirati riječi ove kitice, nego moramo razmišljati i o njihovu smislu, moramo ih natjerati da nam se pojave u umu.

Ukratko, budući da je ljudsko tijelo koje nas drži na životu blagotvorno, budući da ga je teško steći i da se lako raspada, morali bismo ga iskoristiti za vlastito dobro i dobro drugih ljudi. A dobro dolazi iz ukroćena uma. Kad nam je um spokojan, opušten i sretan, onda nam vanjska zadovoljstva poput dobrog jela, lijepe odjeće i ugodna razgovora još više uljepšavaju život, no ako ih nema, to nas neće slomiti. Ako nam um nije spokojan i ukroćen, bez obzira koliko prekrasne bile vanjske okolnosti, ipak će se na nas svaliti breme strave, nada i strahova. Ako nam je um spokojan, uživat ćemo i bogatstvo i siromaštvo, i bolest i zdravlje; možemo čak i sretno umrijeti. Ako nam je um ukroćen, mnoštvo će nam prijatelja biti prekrasno, no ako ih i nemamo, i to će biti sasvim u redu. Srž se naše sreće i blagotvornog spokoja krije u mirnom i ukroćenom umu.

Što se pak tiče drugih ljudi, kad nam je um smiren i ukroćen, to će uljepšati i život naših prijatelja, bračnog druga, roditelja, djece i znanaca; onda nam je dom miran i tih, i svi koji u njemu žive uživaju u prekrasnom osjećaju opuštenosti. Kad nam drugi ljudi uđu u kuću, odmah u njoj osjete sreću. Kad nam um, međutim, nije smiren i ukroćen, onda ćemo se ne samo stalno ljutiti nego će i drugi, kad nam dođu na vrata, odmah osjetiti da su nam u kući svađe stalna pojava - da se tu ljudi stalno uzrujavaju.

Budući da ukroćeni um donosi sreću, dok neukroćeni stvara patnju, iskoristimo život za smanjenje broja neukroćenih ciljeva - primjerice suzbijanje neprijatelja, uzdizanje prijatelja, povećanje novčane dobiti i tome slično - kao i za kroćenje ili treniranje uma koliko je god to moguće. Na taj ćemo način iz tog dragocjenog i krhkog ljudskog tijela izvući njegovu smislenu bit.

Zaključni savjet:

1. Shvatimo kolika je vrijednost ljudskog tijela kojim smo obdareni, jer je ono plod mnogih prošlih dobrih uzroka. Uočimo činjenicu da je nauk dostupan i spreman za primjenu.

2. Budući da ovaj dragocjeni ljudski život možemo iskoristiti na snažno koristan ili razoran način, a on je sam vrlo loman, smjesta ga pametno iskoristimo.

3. Tjelesna je sreća samo izraz povremene ravnoteže elemenata u tijelu, a ne i duboke harmonije. Shvatimo što zapravo znači njegova privremenost.

4. Ukroćeni um izaziva u nama spokojstvo, opuštenost i sreću, no ako nam um nije spokojan i ukroćen, bez obzira kakve bile vanjske okolnosti, opsjedat će nas strahovi i brige. Shvatimo da je izvor naše sreće i blagostanja spokojni i ukroćeni um. A on je osim toga blagodat i za ljude oko nas.

Treća kitica

O neka bismo shvatili da nema vremena
za gubljenje,
Jer smrt je izvjesna a neizvjestan joj čas.
Što se skupilo, razdvojit će se, što se nabralo,
potrošit će se bez ostatka.
Na kraju uspona dolazi pad,
konac je rođenja smrt.

Svi mi još od pamtivijeka živimo pod utjecajem iluzije o trajnosti, te stoga stalno mislimo kako nam je preostalo još mnogo vremena. To nas dovodi u veliku opasnost da svoj život raspemo stalnim odgađanjima. Da bismo suzbili tu sklonost, nužno je meditirati o netrajnosti, o činjenici da smrt može doći svakoga trenutka.

Čak i ako nije izvjesno da ćemo noćas umrijeti, kad kultiviramo svijest o smrti, moramo prihvatiti činjenicu da nam se to ipak može dogoditi. Zauzmemo li takav stav, ako se pojavi nešto što bismo mogli učiniti u korist ovog i sljedećeg života, tome ćemo dati prednost pred nečim što će nam samo na površan način pomoći u ovom. Osim toga, ako ne znamo kad dolazi smrt, suspregnut ćemo se od nečega što bi moglo naškoditi ovom i budućim životima. I što više u sebi razvijamo taj osjećaj opreza, sve ćemo se jače truditi da nekontroliranim djelovanjem ne akumuliramo nepovoljne predispozicije. Time postajemo motivirani za razvijanje, u skladu sa svojim sposobnostima, stava koji djeluje kao protuotrov za različite oblike neukroćenog uma. I tada, živjeli

još samo dan, tjedan, mjesec ili godinu dana, to ćemo vrijeme provesti smisleno; naše će i misli i djela polaziti od onoga što je dugoročno blagotvorno, i što duže budemo živjeli, naša će i djela i misli bivati sve blagotvornija.

Nasuprot tome, potpadnemo li pod utjecaj iluzije o trajnosti i počnemo li trošiti vrijeme na stvari koje ne zadiru dublje od površine ovoga života, pretrpjet ćemo veliki gubitak. To je razlog zbog kojeg nam pančen-lama u ovoj kitici ukazuje na to koliko je dragocjen svaki trenutak.

Ako je riječ o meni, reći ću da u ovom trenutku imam šezdeset sedam godina. To znači sam stariji od sve trinaestorice dalaj-lama što su živjeli prije mene, s iznimkom samo prvog, Genduna Drupa, koji je doživio preko osamdeset godina. Peti je dalaj-lama doživio šezdeset šest godina, pa sam stariji i od njega - ja sam zapravo starac! Pa ipak, zahvaljujući najnovijim dostignućima medicine i poboljšanju uvjeta života, mogao bih se pomalo nadati da ću doživjeti osamdesetu pa i devedesetu, ali je nedvojbeno da ću u jednom trenutku ipak morati umrijeti. Mi Tibetanci čak smatramo da život možemo produžiti ritualima, ali ja baš nisam uvjeren da oni koji ih izvode žive imalo duže. Da bi se izveo ritual za produženje života, nužno je imati stabilnu vizualizaciju u okvirima sabrane meditacije. Osim toga je nužno shvatiti i prazninu opstojanja u sebi, zato što se sama mudrost predstavlja našim zamislima kao samo savršenstvo. Osim toga je nužno, radi postizanja prosvjetljenja, osjećati sućut i imati altruističke namjere. Zbog tih su zahtjeva meditacije za dug život teške.

Budući da nas ljude uništava baš naš životni stav koji polazi od trajnosti i samoobožavanja - usađen nam u srce, kao da je ono centar života - najplodonosnije su meditacije one koje se bave netrajnošću, prazninom opstojanja u sebi i stavom sućuti. Bez toga nam rituali za dug život i njima slični neće nimalo pomoći. I zato je Buddha i isticao kako su dva krila ptice što leti k prosvjetljenju sućut i mudrost. To su dva načina suprotstavljanja uvjerenju o trajnosti i samoobožavanju, a baš su ona još od pamtivijeka potkopavala naš put prema sreći.

Kad mi je bilo petnaest-šesnaest godina, proučavao sam stepenice puta k prosvjetljenju, pa se, radi kultiviranja tih stepenica, odao i izvjesnim oblicima meditacije. Osim toga sam počeo držati predavanja za kojih sam morao obavljati sve više i više analitičkih meditacija, i to zato što se predavanja i analitička meditacija slažu kao prst i nokat. Samo se pak pitanje svijesti o smrti vrti oko tri korijena, devet razloga i tri odluke:

Prvi korijen: Kontemplacija da je smrt neizbježna

1. zato što će smrt neizbježno doći, te se stoga ne može izbjeći
2. zato što se naš budući život ne može produžiti, nego se, naprotiv, neprestance smanjuje

3. zato što nam čak i dok smo živi ostaje malo vremena za vježbanje

Prva odluka: Moram vježbati.

Drugi korijen: Kontemplacija da je trenutak smrti neodređen

4. zato što je trajanje našeg života na ovom svijetu neodređeno

5. zato što je uzroka smrti jako mnogo, dok su uzroci života malobrojni

6. zato što je trenutak smrti, zbog lomnosti tijela, neizvjestan

Druga odluka: Moram smjesta početi vježbati.

Treći korijen: Kontemplacija da u trenutku smrti pomaže samo uvježbanost

7. zato što nam u trenutku smrti naši prijatelji ne mogu pomoći

8. zato što nam u trenutku smrti naš imetak ne može pomoći

9. zato što nam u trenutku smrti naše tijelo ne može pomoći

Treća odluka: Vježbat ću neprianjanje za ijednu od ljepota ovoga života.

U naravi je cikličkog postojanja da će se ono što se skupilo napokon rasplinuti - roditelji, djeca, braća, sestre i prijatelji. Bez obzira koliko se ljudi voljeli, na kraju se moraju rastati. Gurui i učenici, roditelji i djeca, braća i sestre, muževi i žene, te napokon prijatelji - bez obzira tko oni bili - na koncu se moraju rastati.

Dok je moj stariji tutor Ling Rinpočay bio zdrav, bilo mi je skoro nemoguće i nepodnošljivo razmišljati o njegovoj smrti. On je za mene oduvijek bio poput stanca kamena u koji se mogu pouzdati. I pitao sam se kako bih mogao opstati bez njega. Ali kad je doživio moždani udar, nakon kojeg je uslijedio i drugi, i to vrlo težak, ta je situacija napokon dopustila djeliću uma da pomisli: »Sad bi i za njega bilo bolje da ode.« Ponekad bih čak znao pomisliti da je on namjerno u sebi izazvao tu bolest, tako da ja, kad on i stvarno ode, budem spreman za izvršenje sljedeće zadaće - traganja za njegovom reinkarnacijom.

Osim što se odvajamo od svih svojih prijatelja, na kraju nam beskorisnim postaju i sav imetak i sredstva što smo ih s vremenom stekli - pa ma kako da prekrasni bili. Bez obzira na to koliko nam visok bio rang ili položaj, na kraju ipak moramo pasti. Da bih se na to podsjetio, kad god se popnem na visoki podij s kojeg naučavam, čim sjednem, u sebi izgovorim riječi Sutre o dijamantnom rezaču, a koje govore o netrajnosti:

Promatraj stvari sastavljene od uzroka

Kao žmirkave zvijezde, krhotine viđene bolesnim okom,

Treperavo svjetlo svjetiljke na maslac, magične iluzije,

Rosu, pjenu, snove, munju i oblake.

Tad razmišljam o lomnosti uzrokovanih pojava, pa pucnem prstima, proizvedeni taj kratki zvuk koji simbolizira netrajnost. Tako samog sebe podsjećam da ću uskoro sići sa svog visokog prijestolja.

Sva živa bića - bez obzira koliko živjela - na koncu ipak moraju umrijeti. I nema im druge. Kad jednom uđemo u cikličko postojanje, ne možemo živjeti izvan granica njegove naravi. Bez obzira koliko stvari oko nas bile lijepe, u samoj je njihovoj naravi da i one i mi, koji u njima uživamo, na kraju moramo degenerirati.

I ne samo da na koncu moramo umrijeti, nego čak i ne znamo kad će nam doći kraj. Kad bismo to znali, mogli bismo odgoditi pripremu za budućnost. Ovako pak, čak i kad nam predznaci govore da bismo mogli doživjeti duboku starost, ipak ne možemo s potpunom sigurnošću reći da nećemo umrijeti već danas. I zato ne smijemo ništa odgađati. Naprotiv, moramo obaviti sve pripreme da čak i ako umremo već noćas, to učinimo bez žaljenja. Ako u sebi razvijemo svijest o neizvjesnosti i imanentnosti smrti, naš će osjećaj o važnosti mudrog iskorištavanja vremena neprestance jačati. Ili, kako bi to rekao tibetski učenjak i jogin Tsongkhapa:

Kad shvatimo koliko teško stječemo to ljudsko tijelo, onda više nikako ne možemo sjediti prekriženih ruku.

Kad sagledamo njegovu veliku važnost, besmisleno trošenje vremena izaziva tugu.

Kad kontempliramo smrt, pripremamo se za odlazak u sljedeći život.

Kad kontempliramo djela i njihove posljedice, od sebe odbijamo izvore nesavjesnosti.

Kad tako ta četiri korijena očvrsnu, ostale kreposne navike lako izrastu.

Razmišljanja o smrti ne samo što nas pripremaju za umiranje i potiču na djela koja koriste budućim životima nego ona i dramatično utječu na našu mentalnu perspektivu. Primjerice, ako nismo navikli na vježbanje svjesnosti o izvjesnosti smrti, tada je očito da će, čak i kad ostarimo i približimo se odlasku, naša rodbina i prijatelji smatrati da s nama ne smiju razgovarati realistično, te će čak i osjećati potrebu da nas hvale kako dobro izgledamo. A pritom i jedni i drugi dobro znamo da je to laž. Pa to je smiješno!

Ponekad čak i bolesnici koji pate od smrtonosnih bolesti, primjerice raka, izbjegavaju riječi »umrijeti« i »smrt«. Otkrio sam da je s njima skoro nemoguće razgovarati o dolazećoj smrti; oni o njoj ne žele ni čuti. Ali ako se čovjek danas ne može suočiti čak ni s riječju »smrt«, a nekmoli njezinom realnošću, vrlo je vjerojatno da će mu ona, kad i stvarno dođe, donijeti velike neugodnosti i strah. Ali s druge strane, kad nađem na uvježbanog buddhista kojemu se očito primiče smrt, ja mu se ne skanjujem reći: »Bez obzira na to hoćeš li se oporaviti

ili umrijeti, moraš se pripremiti za oboje.« Tad možemo zajedno razmišljati o imanentnosti smrti. I pritom ne treba ništa skrivati, jer je takav čovjek spreman bez straha se suočiti sa smrću. Buddhist koji već izrana počinje razmišljati o ne-trajnosti, u smrtnom je času i hrabriji i sretniji. Razmišljanja o neizvjesnosti smrtnoga časa razvija smireni, disciplinirani i kreposni um, zato što se on za ovog kratkog života ne bavi samo površnostima.

ZAKLJUČNI SAVJETI

1. Kultiviramo li u sebi svijest o neizvjesnosti smrtnoga časa, bolje ćemo iskoristiti svoje vrijeme.

2. Da bismo izbjegli odgađanje duhovnih vježbi, moramo paziti da ne potpadnemo pod utjecaj iluzije o trajnosti.

3. Shvatimo da je, bez obzira koliko neka situacija bila kra-sna, već u samoj njezinoj naravi da mora završiti.

4. Nemojmo misliti da će kasnije biti vremena.

5. Budimo iskreni u suočavanju s vlastitom smrću. Vješto potičimo i druge da budu takvi. Kad se približi čas smrti, nemojmo se obmanjivati komplimentima. Iskrenost će potaknuti hrabrost i radost.

Uklanjanje prepreka pred povoljnom smrću

Iako se čvrsto držiš, ipak ne možeš ostati.

Kakva korist

Od prepasti i straha

Pred onim što se ne može promijeniti?

Buddha

Četvrta kitica

O neka bismo se oslobodili nesnosne patnje zbog smrti od raznih razloga

Jer ovo je grad pogrešnih predodžbi o promatraču i promatranom.

Iluzorno je tijelo sazdano od četiri nečista elementa

A svijesti samo što se nisu razdvojile.

Počnimo se što prije u životu upoznavati s kreposnim stanjima uma. Kad steknemo tu sposobnost, moći ćemo čak i u smrtnom času usmjeriti um prema vrlini. Pa ipak, dok umiremo, može nas smlaviti i onesposobiti bol zbog neke strašne bolesti, može nas snaći nenadana smrt u nesreći ili nas može netko ubiti, a možda svoj život ne uspijemo dovršiti zbog iscrpljenja zasluga - zato što smo utrošili sve zalihe dobre karme koja nas je održavala na životu. Pri takvim nam okolnostima počesto neće pomoći ni prethodno dugo prakticiranje kreposnih stanja uma (iako to nije neizbježno). Sama patnja može izazvati toliki strah da kreposno kontempliranje postane nemoguće, osim u slučaju onih koji su vježbali do najvišeg stupnja te posjeduju silnu moć koncentriranog meditiranja. Zato je važno da već sada poželimo oslobođenje od takvog smlavljajućeg bola i straha, te da umremo opuštene; to omogućuje jačanje kreposnoga stava koji kultiviramo, i tako ćemo moći umrijeti bolje shvaćajući što se zbiva.

Budući da pri smrti nastupa razdvajanje tijela i uma, važno je shvatiti narav svoga »ja« postavljenog prema skupu fizičkih i mentalnih agregata, baš kao i narav samih tih agregata. Tijelo koje posjedujemo nečisti je entitet, stvoren iz četiri elementa - zemlje, vode, zraka i vjetra - podložno boli čak i zbog ništavnih

uzroka, i svojevrsna iluzija kako zbog toga što je ovog časa tu, a već ga sljedećeg nema, tako i zbog toga što nam se čini da ono opstoji u sebi, iako je u stvarnosti prazno od svakog opstojanja u sebi. Time što nam se okupano čini čisto, a osim toga sretno, trajno i pod našom vlašću, to tijelo, izrazimo se tako, živi u gradu zabluda o naravi svijesti i njezinih objekata.

Grad pogrešnih predodžbi iz četvrte kitice aludira na cikličko postojanje. On je izgrađen djelima (karmom) izvršenim pod djelovanjem loših emocija. One pak izvire iz neznanja, što napose vrijedi za ideju o opstojanju u sebi, koja krivo shvaća narav nas i drugih, baš kao i stvari, jer zamišlja da one postoje vlastitim bivanjem. To znači da je baš neznanje najdublji izvor bolnog kruženja i kruženja u cikličkom postojanju.

Krivo shvaćanje opstojanja u sebi motivira karmu - i djela i predispozicije akumulirane iz tih djela - dakle pokretača cikličkog postojanja. Nama se čini da pojave koje nastaju zbog tog procesa pokretanog neznanjem opstoji u sebi, ali to nije tako, i stoga su one grad zabluda. Grad je cikličkog postojanja stvoren zabludom da subjekt i objekt, promatrač i promatrano, unutrašnje i vanjske pojave, postoje u sebi i po sebi, inherentno, vlastitim snagama.

Tom kiticom izričemo želju da nas u trenutku pred odvajanje od tog iluzornog tijela, sastavljenog od četiri elementa, ne obuzme smlavljajuća patnja, zato što bi to omelo uspješno vježbanje. Drugi uzroci koji ometaju vježbanje jesu požuda i mržnja, te oni predstavljaju golemu zapreku kreposnom odnosu prema životu.

Zaključni savjeti

1. Počnimo vježbati već sada, kako bi u trenutku smrti sila naše upoznatosti s vrlinom utjecala na naš stav.

2. Gledajmo u svom tijelu istinski grad zabluda, jer iako nam se ono, kad ga okupamo, pričinja čistim, baš kao i izvorom blaženstva, nečim trajnim i pod našom vlašću, ono to nipošto nije. Ono je stvoreno iz četiri elementa (zemlje, vode, vatre i vjetra), te je podložno bolu, a osim toga se već i samo od sebe mijenja iz časa u čas.

3. Nama se čini da ljudi i stvari postoje vlastitom silom, a neznanje prihvaća tu lažnu vanjstinu, što izaziva loše emocije: požudu, mržnju i još veću smetenost. Te loše emocije sa svoje strane zagađuju djelovanje tijela, govora i uma, perpetuirajući proces cikličkog postojanja. Moramo shvatiti da živimo u gradu pogrešnih predodžbi.

Peta kitica

O neka bismo se oslobodili pogrešnih privida što ih stvara nevrлина

Kad nam se, prevarenima u času nevolje od ovog tijela održavanog tako skupo,

Strašni dušmani - gospodari smrti - uskazuju

A mi se ubijamo oružjem triju otrova: požude, mržnje i smetenosti.

Trenutak je smrti neobično važan, i to zato što on označava kraj jednoga života i početak drugog. Kad bi u tom kritičnom trenutku naše tijelo ostalo s nama, mogli bismo se u nj pouzdati, ali nas ono u tom važnom trenutku iznevjerava. Naše nas tijelo, tako skupo održavano hranom, odjećom, novcem, stanom, lijekovima, pa čak i zlim djelima, ostavlja na cjedilu.

Već i samo spominjanje smrti izaziva u nama blagu nelagodu. Kad proces naše vlastite smrti postane očit i kad se počnu pokazivati strašne posljedice netrajnosti, u pjesmi nazvane »gospodarima smrti«, neki ljudi reagiraju jakim vezivanjem za svoj imetak, rođake, prijatelje i tijelo, dok drugi počinju iskazivati jaku mržnju prema neprijateljima i svojoj naoko nepodnošljivoj patnji. Čak ako se pritom ne pojave ni požuda ni mržnja, ipak pritom stvaramo jako vjerovanje u opstojanje u sebi kako vlastite, tako i svih drugih pojavnosti - što je najbitniji oblik neznanja. Ta tri otrova - požuda, mržnja i neznanje - najjače su unutrašnje prepreke kreposnom vježbanju, a u dubljem je to smislu oružje kojim se sami ubijamo. Da bismo u trenutku smrti spriječili pojavu tih otrovnih stavova, moramo gajiti želju da se ne iskažu jaka požuda i mržnja, te da nam se ne ukazu lažne pojave.

U trenutku je smrti važno biti slobodan od lijekova koji onemogućavaju valjano razmišljanje. Pobožni buddhist mora izbjegavati zatupljujuće lijekove, zato što nam pri umiranju svijest mora biti što je moguće čišća. Uzimanje injekcije za »spokojnu smrt« može um lišiti prilike da se manifestira na kreposni način razmišljanjem o netrajnosti, jačanjem vjere, osjećajem sućuti ili meditiranjem o nesebičnosti. Ako bi, međutim, pronašli lijek koji suzbija bol ali ne zatupljuje um, on bi čak mogao biti koristan, zato što bismo mogli nastaviti normalno mentalno funkcionirati, a da nas pritom ne ometa bol.

ZAKLJUČNI SAVJETI

1. Shvatimo da će nas ovo tijelo, koje tako skupo održavamo, jednog dana napustiti.
2. Izbjegavajmo žudnju za prilikama koje napuštamo.
3. Izbjegavajmo mržnju zbog toga što moramo otići.
4. Držimo se što je moguće dalje od požude, mržnje i neznanja, tako da dok umiremo možemo kreposno meditirati.

5. Shvatimo da uzimanjem pilule ili injekcije za takozvanu spokojnu smrt sebi možda oduzimamo kritičnu priliku za izražavanje kreposti.

Osiguravanje povoljnih preduvjeta za smrtni trenutak

Jedni umru u majčinoj utrobi,
Drugi pri rođenju,
Poneki dok još pužu,
Neki kad prohodaju.
Neki su stari,
Neki su odrasli,
Odlaze jedan za drugim
Kao voće kad pada po zemlji.

Buddha

Šesta kitica

O neka bismo se sjetili uputa za vježbanje duše
U času kad liječnici od nas dižu ruke i ne pomažu obredi,
Kad prijatelji se već odriču nade u naš
život, Te nam ne preostaje da radimo išta drugo.

Prošlo se poglavlje bavilo poglavito dvjema preprekama primjerenom meditiranju pri umiranju - smlavljujućom patnjom i krivo shvaćenim prividima iz kojih niču požuda, mržnja i zbrka. Dok težimo da ih izbjegnemo, moramo istodobno stvarati i kreposne stavove prisjećanjem na vlastito vježbanje. Kad nestane svake nade u ovaj život, kad liječnici od nas dignu ruke, kad vjerski obredi nisu više ni od kakve koristi, pa kad su se čak i naši prijatelji i rođaci u dubini duše odrekli nade, onda moramo učiniti ono što nam pomaže. Sve dok smo pri punoj svijesti, moramo činiti sve što možemo da nam um ostane na putu vrlina.

Da bi to bilo moguće, moramo se prisjetiti uputa o tome kako se stvaraju kreposni stavovi. Kao što ću obrazložiti uz kasnije kitice, te upute treba

primijeniti (1) prije no što se pojavi jasno svjetlo smrti; (2) kad nam se ukaže jasno svjetlo smrti; (3) kad se jasno svjetlo smrti ugasi pa počne prelazno stanje; i (4) za trajanja prelaznoga stanja tako da možemo ostvariti posebne jogističke podvige. U tom trenutku se moramo jasno prisjetiti svih uputa što smo ih u skladu sa svojom inteligencijom i sposobnostima primili. U takvim trenucima izvodimo svoje vježbe na nivou koji smo već uspjeli doseći.

Naše vježbanje može uroditi silnim plodom i to djelovanjem sljedećih pet sila, a to su:

1. Sila upoznatosti. Često kultivirajte svoje uobičajene vježbe i na njih se naviknite - pa bilo da je riječ o kultiviranju namjere oslobađanja od cikličkog postojanja, bilo kultiviranju ljubavi i sućuti, nakane postizanja prosvjetljenja za dobrobit drugih ljudi, ili kultiviranju stupnjeva Najviše joge tantre.

2. Sila usmjerivanja budućnosti. Mislite ovako: »Nastavljat ću svoje vježbanje u ovom životu, u prelaznom stanju i budućim životima sve dok ne dostignem buddhinstvo (prosvjetljenje).«

3. Sila zdravog sjemena. Skupimo silu vrlih djela (dobru karmu) i njome pokrećimo svoje vježbe.

4. Sila iskorjenjivanja. Zaključimo da sve pojave poput rođenja, smrti i prelaznih stanja postoje samo ovisno - one se ne odlikuju opstojanjem u sebi, pa ni u najmanjoj mjeri. Ugradimo taj zaključak u vjerovanje da je samoobožavanje neprijatelj, i to ovakvim razmišljanjem: »To što trpim patnju u cikličkom postojanju posljedica je samoobožavanja; korijen samoobožavanja polazi od zamišljanja da bića i stvari opstoje u sebi, a što nije istina.«

5. Sila želje. Neprestance ponavljajmo ovu želju: »Neka bih poslije smrti stekao tijelo koje služi kao potpora za vježbanje nauka u sljedećem životu. Neka bi se o meni brinuo savršeni duhovni vodič, i neka ne napustim vježbu.«

Tih je pet sila osobito korisno za podsjećanje da trebamo vježbati, čak i kad nam je to najteže.

Kad postane jasno da se nekome bliži smrt, prijatelji se ne bi smjeli skupiti oko njega da pokušaju uspostaviti vezu, pri čemu samrtnika hvataju za ruku, zaplakano ga grle ili kukaju nad njegovim stanjem. To ne pomaže baš nimalo, već takvo ponašanje, naprotiv, služi samo stvaranju stanja žudnje u samrtnikovu umu, čime se potire svaka šansa za stvaranje kreposnog. Prijatelji bi mu morali pomagati stvaranjem pravih preduvjeta za poticanje vrline, i to tako da samrtnika podsjećaju na vjersku pouku i vježbanje, te mu to blago govore u uho sve dok ne prestane plućno disanje.

Ako, primjerice, samrtnik vjeruje u boga Tvorca, onda ga razmišljanje o njemu može utješiti, umiriti, smanjiti u njemu vezanost za ovaj svijet, strah i žaljenje. Ako pak vjeruje u ponovno rođenje, onda će razmišljanje o smislenom sljedećem životu u službu drugih ljudi uroditi sličnim plodom. Buddhisti bi trebali misliti na Buddhu i dobra djela u ovom životu posvetiti plodonosnom

novom životu. I nevjernik može, na sličan način, razmišljati o tome kako je smrt sastavni dio života, te da ako se ona zbiva baš sada, od tjeskobe nikakva korist. Glavni je smisao svega toga postizanje umnoga mira kako se duševnim nemirom ne bi remetio proces umiranja.

ZAKLJUČNI SAVJETI

1. Korisno je shvatiti da će u jednom trenutku nestati svaka nada u nastavak ovoga života. Od tog nas časa više ni liječnici, ni svećenici, ni prijatelji, ni rođaci neće moći održati u ovom životu; od tada pa nadalje pomoći ćemo si moći samo sami.

2. Dok umiremo, moramo se prisjetiti duhovnih uputa u skladu s našom razinom vježbanja, pa ih provesti u djelo.

3. Moramo se zbližiti s vlastitom vježbom. Moramo biti odlučni to duhovno usmjerenje održavati u svim prilikama, pa ma kako da bile teške. Moramo činiti mnoga kreposna djela kako bi njihova akumulirana sila mogla utjecati na sve aspekte našega života i smrti. Moramo shvatiti da patnja niče iz samoobožavanja, te stoga moramo početi obožavati druge ljude. I moramo često poželjeti da svoje duhovne vježbe nastavimo i kroz buduće živote.

4. Kad netko umire, čuvajmo se da ga ne uznemirimo i to kako jačim vezivanjem za sebe, tako i poticanjem srdžbe i mržnje. Ne naričimo zbog njegova odlaska, nemojmo ga hvatati niti pred njim plakati. Pomozimo mu da smisleno ode, a to ćemo učiniti podsjećanjem na dublje meditacije.

5. Ako je to ikako moguće, zamolimo druge da isto učine za nas. Pobrinimo se da se kraj nas nađe netko tko će nam s vremena na vrijeme tiho govoriti u uho i podsjećati na specifični duševni stav koji bismo trebali izraziti.

Sedma kitica

O neka bismo se uzdali u radost i veselje

Kad za sobom ostavljamo hranu i zgrnuta

blaga i svu bijedu života

I zauvijek se odvajamo od prijatelja ljubljenih i željenih,

Te sami odlazimo u pogibeljno stanje.

U uobičajenim prilikama, ako nam netko kaže da nam je smrt pred vratima, to će izazvati žalost, i to ne samo u nama nego i u prijateljima i članovima obitelji. I u toj će se tuzi onda odigrati i sam proces umiranja - to jest postupno povlačenje svijesti. Ako smo međutim, kao što smo maločas objasnili, razmišljali o crpljenju esencije te životne situacije i nužnosti duhovnog

vježbanja, te ako smo još jednom razmislili o netrajnosti, onda nećemo, i to zato što ćemo se umirući prisjećati tih uputa, potpasti pod utjecaj nepovoljnih stanja, primjerice tuge i ojađenosti. Onda nam svi prividi, povezani sa smrću, neće odvrćati pažnju, nego će nas podsjećati na ranije vježbe i nukati prema meditaciji.

Držimo li to na umu, moći ćemo umrijeti s radošću i samopouzdanjem, nalik djetetu što se veselo vraća roditeljskom domu. Među onima koji odlaze u prelazno stanje između dva života, najbolji će moći odlučiti kao što će se sljedeći put roditi, pa takvi ljudi mogu umrijeti samouvjereno i sasvim bezbrižno. Osrednji se učenik neće uplašiti, a najniži će bar umrijeti bez žaljenja. Budući da smo se pripremili za smisleno ponovno rođenje - poslije kojeg ćemo moći nastaviti svoje duhovno napredovanje - kad stigne smrt neće biti ni žaljenja, ni potištenosti, ni straha. Onda naša svijest može otići s velikim samopouzdanjem.

Mnogi meni poznati redovnici i učenjaci umrli su baš tako. Kad su shvatili da dolazi smrt, pozvali su bliske poznanike da se pozdrave. A u smrtni dan su na sebe stavili šafranski žute redovničke halje, pa posve bezbrižno umrli sred meditacije. Neki je redovnik tu u Dharmali svog pomoćnika zamolio da mu donese halju, pa je obukao i preminuo. Neki su tu u Indiji uspjeli ostati u umu jasnog svjetla mnogo dana - jedan sedamnaest, drugi po devet ili deset. A to se vidjelo po tome što im je tijelo, kad je prestalo disanje, ostalo u savršeno svježem stanju, bez i najmanjeg zadaha, za sve to vrijeme u ovoj vrućoj zemlji. Takvi su ljudi sposobni ostati bez fluktuacija u umu jasnoga svjetla smrti, te umrijeti s velikim samopouzdanjem i radošću.

Moj stariji tutor Ling Rinpochay ispričao mi je priču o nekom lami, priču istodobno i tužnu i smiješnu. Kad mu se približila smrt, taj je lama obukao svoju šafranski žutu halju i rekao drugovima da će sad umrijeti. I onda je prekrizio noge u meditativnoj pozi i tako umro. Jedan njegov učenik, koji je tek nedavno stigao iz zabiti, pa nije znao da je moguće umrijeti i u sjedećem meditativnom položaju, ušao je u njegovu sobu i ugledao mu posjelo tijelo. Pomislio je kako je u učiteljevo tijelo ušao zloduh, pa ga je zato srušio udarcem!

ZAKLJUČNI SAVJETI

1. Da nas misao na smrt ne bi bacila u depresiju, potražimo zaklon u svojoj religiji, u sućuti prema svim bićima; razmišljajmo o tome koliko je važno izvući esenciju sadašnjeg života, u kojem su nam dani i dokolica i sve potrebno za duhovno vježbanje, te stalno razmišljajmo o netrajnosti.

2. Ako smo položili te temelje za efikasno prisjećanje na ranije vježbe u trenutku smrti, onda će nas čak i užasna zbivanja i priviđenja koja pritom mogu nastupiti samo potaknuti na mir i meditiranje u radosti i sa samouvjerenošću.

Meditacije u smrtnom času

Ovaj život nestaje tako brzo
Kao slova ispisana štapom na vodi.

Buddha

Osma kitica

O neka bismo stvorili moćni um vrline

Kad se elementi - zemlja, voda, vatra i vjetar - postupno rasplinu sve jedan za drugim,

I tjelesna se snaga gubi, a usta i nos se suše i skupljaju,

Toplina se povlači, dah je sipnja, i zvukovi se halabuke dižu.

Prvih je sedam strofa prikazano u skladu s oba oblika buddhističkog nauka, sutrom i tantram. U potonjoj nalazimo i posebnu vježbu u kojoj sebe moramo zamisliti kao potpuno sućutno i mudro biće s tjelesnim obličjem Buddhje. Osma i sve daljnje kitice prikazuju nam uglavnom vježbanje tantrje, i to, određenije, tantrje iz klase Najviše joge tantrje.

Opis smrti u kategorijama postupnog rasplinjavanja uma i tijela, baš kao i četiri elementa, jedinstven je za Najvišu jogu tantru. Poslije začeca proces stvaranja napreduje od suptilnijeg prema grubljem, no u smrti nastupa rasplinjavanje koje napreduje od grubljeg prema suptilnijem. Pojave koje se rasplinjuju sastoje se od četiri elementa - zemlje (to je tvrda tvar u tijelu), vode (fluida), vatre (topline) i vjetra (energije, gibanja).

Bez obzira na to da li doživimo svoj puni vijek ili ne, proces umiranja slijedi mnoge faze. Kod nagle smrti kroz te faze prolazimo vrlo brzo, i pritom su nam izgledi da ih opazimo vrlo mali. Ljudi koji umiru postupnije mogu prepoznati i iskoristiti te različite faze. Predznaci smrti, primjerice promjena u načinu gibanja daha kroz nosnice, snovi i tjelesni znakovi, mogu se pojaviti čak i mnogo godina prije stvarne smrti, iako se kod običnih ljudi pojavljuju obično godinu do dvije prije smrti. Među predznacima smrti nalazimo i odbojnost prema svojoj okolini, domu, prijateljima i tako dalje, što sve dovodi do želje da odemo nekamo drugdje. Može se, međutim, dogoditi i da prema svemu tome razvijemo požudu, i to mnogo jaču od dotadašnje. A možemo se i naglo promijeniti, pa iz prijeke naravi preći u prijaznu, ili obratno. Naše oduševljenje za stvari može opazivo porasti ili opasti. Može doći i do promjene tjelesnog

sjaja ili načina ponašanja. Stil nam razgovora može jako ogrubjeti - pa počnemo psovati i tako dalje - ili pak možemo početi stalno pričati o smrti.

Kad započne i stvarni proces umiranja, tad prolazimo kroz osam faza. U prve četiri dolazi do propadanja četiriju elemenata. U posljednje četiri dolazi do urušavanja svijesti na najdublji nivo uma, takozvani um jasnog svjetla. Pritom nemojmo zaboraviti da je prikazivanje faza smrti zapravo kartografiranje dubljih stanja uma koja se pojavljuju i kroz čitav naš svakodnevni život, ali obično prolaze neopaženo. Tih osam faza nastupa u pozitivnom poretku kad umiremo, odlazimo na počinak, završavamo san, kišemo, gubimo svijest ili doživljavamo ogradam, odnosno u obratnom poretku po potpunom svršetku procesa umiranja, baš kao i pri potpunom razbuđenju, kad započinjemo san, te napokon na koncu kihanja, nesvjestice i orgazma.

Tih osam faza označavamo njihovim vizualnim sadržajem, iako ih ne vidimo očima:

Pozitivni poredak

1. fatamorgana
2. dim
3. krijesnice
4. plamen svjetiljke
5. jarko bijelo nebo uma
6. jarko narančasto-crveno nebo uma
7. jarko crno nebo uma
8. jasno svjetlo

Obrnuti poredak

1. jasno svjetlo
2. jarko crno nebo uma
3. jarko narančasto-crveno nebo uma
4. jarko bijelo nebo uma
5. plamen svjetiljke
6. krijesnice
7. dim
8. fatamorgana

Prve četiri faze u pozitivnom poretku: propast četiri elementa

Općenito govoreći, grublji se elementi rasplinjuju u suptilnije. Kako sposobnost prvih da podržavaju svijest degenerira, tako potonji sve više dolaze do izražaja. Postoji ukupno osam faza, a prve su četiri:

1. faza. Element zemlja degenerira te se rasplinjuje u element vodu. Kruti aspekti tijela, primjerice kosti, ne mogu više služiti kao skela ili temelj tijela, sposobnost se krutih aspekata zato rasplinjuje, odnosno prenosi na tjelesne fluide, primjerice krv i sluz. Sad se sposobnost elementa vode da služi kao temelj svijesti počinje jače iskazivati. Tijelo nam se silno stanjuje, a udovi mlohavi. Gubimo tjelesnu snagu - vitalnost i sjaj tijela korjenito se smanjuju, pa ono postaje istrošeno. Vid nam se mračni i muti, ne možemo više ni otvarati ni zatvarati oči. Može nas obuzeti i osjećaj da tonemo pod zemlju ili mulj, a možemo čak i povikati: »Izvučite me!« ili se početi i otimati, pokušavati podići, ali je važno protiv toga se ne boriti: ostanimo hladni u okvirima kreposnoga stava. To što vidimo u umu nalik je fatamorgani.

2. faza. Sposobnost elementa vode degenerira i rasplinjuje se u element vatru - toplinu koja održava tijelo na životu - čime se pojačava sposobnost elementa vatre kao temelja svijesti. Više ne osjećamo ni ugodu ni bol, nemamo čak ni neutralna čuvstva povezana s osjetilima i mentalnom sviješću. Usta, jezik i grlo suše nam se zbog gubitka sline, a na zubima se stvara talog. Drugi fluidi, poput urina, krvi, regenerativnog fluida i znoja, redom se suše. Ne čujemo više ni zvukove, a prestaje i uobičajeni zuj u ušima. To što vidimo u umu nalik je oblačićima dima, ili rijetkom dimu kojim je zadimljena soba, odnosno dimu što se diže iz dimnjaka.

3. faza. Sposobnost elementa vatre degenerira i rasplinjuje se u element vjetar - u struje zraka, ili energije, koje upravljaju raznim tjelesnim funkcijama, primjerice udisanjem, izdisanjem, štucanjem, pljuvanjem, govorenjem, gutanjem, pregibanjem zglobova, pružanjem i skupljanjem udova, otvaranjem i zatvaranjem usta i vjeđa, probavom, mokrenjem, defekacijom, menstruacijom i ejakulacijom. Temperatura se tijela smanjuje, pa gubimo sposobnost probavljanja hrane. Ako smo život provodili uglavnom bez vrline, tjelesna se toplina isprva spušta s tjemena pa se skuplja u srcu, i gornji se dio tijela prvi ohladi; ako smo, međutim, živjeli uglavnom kreposno, toplina se diže od tabana i skuplja u srcu, pa se najprije ohladi donji dio tijela. Gubimo sposobnost njuha. Ne možemo više obraćati pažnju na postupke i želje prijatelja i rođaka oko nas, pa se čak ni sjetiti kako se zovu. Disanje nam je otežano, izdisaji postaju sve duži i duži a udisaji sve kraći i kraći; iz grla nam izlazi čegrtav ili dahtav zvuk. U umu vidimo nešto nalik na krijesnice, možda i u dimu, ili nešto nalik na iskre u pepelu na dnu željezne plitice.

4. faza. Sposobnosti grubljeg elementa vjetra dezintegriraju se i rasplinjuju u svijest. Jezik oteža i skraćuje se, a korijen mu poplavi. Nemoguće je osjetiti tjelesni dodir, baš kao što postaje nemoguće i svako tjelesno djelovanje. Disanje se kroz nosnice prekida, no postoje i suptilnije razine daha, ili vjetra, te stoga prestanak disanja kroz nos ne upućuje na kraj procesa umiranja. Pritom u umu vidimo nešto nalik na plamen svjetiljke na maslac ili svijeće (ili nešto nalik na treperavo svjetlo iznad svjetiljke na maslac ili svijeće). U prvi čas to svjetlo

treperi kao da su se maslac ili vosak već skoro potrošili. A onda, kad vjetrovi, to jest zračne struje što nose mentalne ideje počnu posustajati, plamen se ustaljuje.

Općenito govoreći, ljudsko je tijelo sazdano od četiri elementa; pa ipak, zbog varijacija u obliku kanala i vjetrova ili dahova unutar tog okvira, razni ljudi u procesu rasplinjavanja doživljavaju različite unutrašnje prikaze. Baš se zbog toga i pojavljuju malene varijacije u objašnjavanju tog procesa u specifičnim tantrama što ih je izgovorio Buddha, primjerice u Guhyasamaji (čiji je osnovni sustav objašnjen u ovoj knjizi), Chakrasamvari i Kalachakri, baš kao i u izvjesnim tantrama Starog vjerskog reda tibetskog buddhizma, takozvane Nvingme. Manje varijacije uglavnom potječu iz razlika u tjelesnim kanalima, te vjetrovima i kapljama esencijalnog fluida što protječe kroz te kanale. Budući da se ti unutrašnji faktori mijenjaju od pojedinca do pojedinca, također se pomalo razlikuju i jogističke vježbe. Čak i kad su vanjski faktori isti, unutrašnji se znakovi umiranja pojavljuju u umu na različite načine i to zato što joga pojedinim točkama tijela pridaje posebnu važnost.

Kroz sve nam je te stupnjeve potreban neometani kreposni stav, a takva je želja izražena u toj kitici pančen-lamine pjesme. Mi obična osjetilna bića pod utjecajem rođenja i smrti očito posjedujemo predispozicije uspostavljene kroz život utrošen na dobra ili loša djela, no čiji se plodovi još nisu izrazili. Svaki trenutak što ga utrošimo na djela motivirana neznanjem doprinosi nastavljanju življenja u obliku cikličkog postojanja. Vrlo snažna djela mogu u cikličko postojanje natjerati ne samo jedan život nego i mnogo njih. Kad se primakne smrtni čas, pothranjuje se jedna od tih mnogobrojnih zdravih i nezdravih karmičkih predispozicija, te baš ona služi kao temelj čitavom sljedećem životnom vijeku. Mnoge druge karme uspostavljaju životne kvalitete poput zdravlja, talenta i inteligencije. Sukladno tome, kad se primakne smrtni čas, vrlo su važne naše misli i naše mentalno stanje.

Čak i ako smo u najvećem dijelu života prakticirali kreposne stavove, snažno nekreposno stremljenje kad nam se primakne smrtni čas može poticati nekreposne predispozicije što ih svi mi imamo, te je to stoga vrlo opasno razdoblje. Iritacija i ljutnja mogu se razviti čak i od kakvog neugodnog šuma nastalog, primjerice, pregrubim spuštanjem nekog predmeta. I obratno, čovjek koji obično i nije navikao na preveliku vrlinu, kad mu se primakne smrt zna razviti vrlo kreposan um, te time aktivirati karmičke predispozicije za vrlinu, što onda vodi povoljnom ponovnom rođenju. Zbog toga se u smrtnom času moramo jako truditi da stvaramo, i to što je bolje moguće, različite vrste kreposnih stavova koje smo sposobni izraziti. Veoma je važno da ljudi prisutni pri umiranju znaju da je samrtnikov um u delikatnom stanju; stoga moraju jako paziti da ga ničim ne uznemire - glasnim govorom, plačem i grubim micanjem stvari - nego se naprosto truditi da stvore miran ambijent.

Zaključni savjeti

1. Da nas proces umiranja, kad jednom počne, ne bi iznenadio, moramo naučiti stupnjeve rasplinjavanja četiri elementa i njihove prateće vanjske znakove, maločas iznesene, kao i unutrašnje znakove, opisane u kitici što slijedi.

2. Moramo paziti da, kad se približi smrt, dobre predispozicije pothranjemo i aktiviramo kreposnim stavovima.

3. Predznaci se smrti znaju pojaviti godinu-dvije prije njezina dolaska. Oni nas upozoravaju da se moramo pripremiti, no bolje se spremi još i prije njih.

Deveta kitica

O neka bismo shvatili besmrtni način postojanja

Kad se prikaze razne, zabunom našom stvorene, utvare jezive i strašne

A napose kad se fatamorgana, dim i krijesnice ukazu

I nestanu nositelji osamdeset predodžbi koje

nas vode.

Kad se četiri elementa rasplinu, pojavljuju se razne prikaze. Ponekad se neobične slike i zvukovi pojavljuju još i prije nego što oko i uho prestanu funkcionirati. I u mentalnoj se svijesti stalno pojavljuju razne vizije. Tako primjerice ljudi koji su preboljeli invalidizirajuću bolest znaju vidjeti strašan požar koji izaziva silan strah. Drugi pak doživljavaju ugodne pa čak i zapanjujuće vizije te ostaju opušteni. Takve razlike nastaju zbog predispozicija stvorenih nekrepnim i kreposnim djelima u ovom i prijašnjim životima. Te razlike upućuju na vrstu i kvalitetu ponovnog rođenja koje se treba dogoditi, onako kao što kvaliteta svjetla na nebu pred izlazak sunca predviđa kakvo će tog dana biti vrijeme.

Kako se četiri elementa rasplinjuju jedan po jedan, počinju se pojavljivati unutrašnji znakovi smrti. Rasplinuće elementa zemlje u vodu stvara prikazu nalik na fatamorganu u pustinji; rasplinuće vode u vatru stvara priviđenje nalik na oblake dima iz dimnjaka ili rijetki dim što se širi kroz prostoriju; dok rasplinuće vatre u vjetar stvara prikaze nalik na krijesnice, ili iskre na dnu voka za prženje zrnja. (Rasplinuće elementa vjetra razmotrit ćemo u sljedećem poglavlju.)

Ti znakovi - fatamorgana, dim, krijesnice i plamen, baš kao i još četiri koje ćemo sad opisati - pojavljuju se pred očima onih koji umiru postupno. Oni se ne pojavljuju u potpunosti pred onima koji umru naprasno, kao žrtve nesreće ili oružja.

ZAKLJUČNI SAVJETI

1. Moramo shvatiti da bezbroj privida, od kojih su neki čak zastrašujući i užasni, a koji se znadu pojaviti pri umiranju, potječu od karme. Ne dopustimo da nas oni ometu.

2. Upoznajmo prve tri od osam prikaza: fatamorgana kao u pustinji, oblačići dima iz dimnjaka ili rijetki dim u prostoriji, te napokon krijesnice ili iskre u pepelu na dnu voka.

Deseta kitica

O neka bismo stvorili snažnu svijest o zbivanju u sebi i oko sebe

Kad se sastojak vjetar počne rasplinjavati u svijest

I prestaje stalno vanjsko disanje, a grube se

dvojbene pojave rasplinjuju,

A sviće privid u liku svjetiljke na maslac.

Svijest definiramo kao luminozni i spoznajni dio čovjeka. Ona je luminozna u dva smisla, to jest zato što joj je narav bistra i zato što svijest osvjetljava, ili razotkriva, poput svjetiljke što rastjeruje tamu tako da se predmeti mogu vidjeti. Svijest osim toga spoznaje predmete utoliko što ih bar registrira, čak i kad ih valjano ne raspoznaje.

Svijest nije sazdana od stanica, atoma ili čestica, nego od trenutaka. Zbog toga se svijest i materija u svojoj biti razlikuju, te stoga imaju i različite supstancijalne uzroke. Materijalne stvari za supstancijalne uzroke (nazvane tako zato što oni stvaraju supstancu, ili temeljni entitet, posljedice) imaju materijalne stvari, i to zato što između supstancijalnog uzroka i supstancijalne posljedice mora postojati nekakva temeljna srodnost naravi. Tako je primjerice glina supstancijalni uzrok zemljanog lonca. Supstancijalni uzrok samog uma mora biti nešto što je luminozno i misaono - a to je prethodni trenutak uma. Stoga svaki trenutak svijesti mora za svoj supstancijalni uzrok imati prethodni trenutak svijesti, što znači da mora postojati kontinuum uma koji nema početka. Baš se takvim zaključivanjem i dolazi do ciklusa ponovnog rođenja koji nema početka. Osim toga, postoji li i samo jedno točno sjećanje na ponovno rođenje, već je i to samo po sebi dovoljna indicija - jer ne mora se baš svatko sjećati toga. Nepostojanje prijašnjih i budućih života nije bilo nikad izravno opaženo, dok postoje potvrđeni slučajevi jasnog sjećanja na prijašnje živote. Usprkos činjenici da tijelo pri svom rastu i opadanju ovisi o vanjskim uvjetima, ono je ipak obdareno životom, pa kad životna sila mine, ono brzo istrune i pretvara se u truplo. Bez obzira koliko prije bilo pristalo i lijepo, na koncu ipak postane truplo. Proanaliziramo li životnu silu koja sprječava truljenje tijela, vidjet ćemo

da se ona krije u umu. Tijelo od raspadanja štiti baš to što je spareno sa sviješću. Ono što se prenosi u sljedeći životni vijek zapravo je kontinuitet uma.

Zbog razlike u naravi uma i materije različiti moraju biti i njihovi supstancijalni uzroci, ali to ne znači da um i materija međusobno ne reagiraju, jer se to zbiva na mnogo načina. Materija može biti međuzavisni preduvjet uma, kao u slučaju kad suptilna materija u očnoj jabučici djeluje kao međuzavisni preduvjet vizualne svijesti, ili kao kad boja ili oblik djeluju kao međuzavisni preduvjet vizualne svijesti, ili kao kad naše tijelo djeluje kao nosilac ili podloga same svijesti.

Slično tome i svijest oblikuje materiju i to zato što naš okoliš strukturiraju naša djela, ili karme, motivirana sviješću. Skupljeni utjecaj karmi mnogih bića oblikuje i sam svjetski sustav koji obitavamo. Osim toga, a prema Najvišoj jogi tantri, svijest nosi vjetar koji postoji fizički, ali taj vjetar ili dah, u svojem najsuptilnijem obliku, nije sazdan od čestica. Zbog te tijesne povezanosti uma i vjetra, tako tijesne da se oni pretvaraju u jedan neodvojivi entitet, prosvjetljeno biće može manifestirati tijelo kojemu je supstancijalni uzrok suptilni vjetar, tijelo onkraj tjelesnih čestica, poput Buddhina Tijela potpunog blaženstva u Čistoj zemlji.

Primijenimo li to učenje o supstancijalnim uzrocima i međuzavisnim preduvjetima na začecje, vidjet ćemo da supstancije oca i majke - jajašce i sjeme - djeluju kao supstancijalni uzroci djetetova tijela, te kao međuzavisni preduvjeti uma. Posljednji trenutak djetetove svijesti o ranijem životu djeluje kao supstancijalni uzrok svijesti u trenutku začecja, a osim toga i kao međuzavisni preduvjet tijela. Baš kao što se smatra da je grubi nivo postojanja tijela - pa čak i embrio - fizički oslonac svijesti, tako je i vjetar, na kojemu jaši svijest, baš poput jahača na konju, fizički entitet koji podupire svijest. Iako se svijest može odvojiti od fizičkog tijela, ona se ipak ne može nikad odvojiti od najsuptilnijih razina tog strujanja zraka.

Ja ne vjerujem da bi se vrlo suptilni vjetar, ili energija, mogao svrstati među četiri elementa - zemlju, vodu, vatru i vjetar - i to zato što on postoji onkraj fizičkih čestica. Vrlo suptilni vjetar jedan je aspekt gibanja vrlo suptilnog uma; on je isti entitet kao i odgovarajući mu um. Taj bi vrlo suptilni vjetar i um, međutim, bilo vrlo teško analizirati znanstvenim instrumentima; no možda bi ipak bilo moguće znanstveno detektirati postojanje vrlo suptilnog vjetra i uma u slučaju kliničke smrti i to prije izlaska svijesti iz tijela, dok se ono još nije raspalo. Nekoliko je znanstvenika u našu bolnicu donijelo svoje strojeve, no dok su bili tu, baš nitko nije umro, a kad je umro duhovno iskusan čovjek, nije bilo strojeva!

Kad vjetar, ili energija koja nosi razne razine svijesti, jako oslabi ili se potpunije rasplina u svijest, počinju se iskazivati sve suptilnije razine svijesti. Na početku četvrte faze, kad se vjetrovi koji služe kao jahači konji mnogih stavova počinju rasplinjavati, u umu se pojavljuje slika nalik na plamen

svjetiljke na maslac ili svijeće koja u prvi čas treperi, no onda se smiri. U tom trenutku prestaje vanjsko disanje. Ljudi to obično smatraju smrtnim časom, iako smrt zapravo nastupa kasnije. U toj se fazi rasplinjuju grublji nivoi pojavnosti subjekta i objekta, a koje vidimo kao daleke i izrezane u daleke entitete. Oko više ne vidi vidljive oblike, uho ne čuje zvukove, nos ne osjeća miris, jezik ne doživljava okus, a tijelo ne osjeća opipljive predmete. Sad izniče gola luminozna i spoznajna narav uma.

Ako smo sposobni biti svjesni smrti, pa prepoznavati znakove pojedinih faza rasplinuća, kao i održavati introspekciju u tolikoj mjeri da možemo težiti svakoj razini poznate nam vrline, onda će naša uvježbanost biti vrlo jaka. Ona će i u najgorem slučaju povoljno utjecati na naš sljedeći život.

Zaključni savjeti

1. Iako um i materija imaju različite supstancijalne uzroke, oni djeluju jedno na drugo na mnogo načina.

2. Poslije tri unutrašnja znaka - fatamorgane, dima i krijesnica - dolazi i četvrti, nalik plamenu svjetiljke na maslac ili svijeće, koji je u prvi čas treperav, no onda se ustali.

3. Iako u tom trenutku prestaje vanjsko disanje kroz nos te više nema svjesnih reakcija na vanjske poticaje, čovjek još nije umro. Dobro je ne uznemiravati tijelo sve dok smrt ne dođe do kraja.

4. Uspijemo li održati punu svijest i introspekciju koje nam omogućuju prepoznavanje trenutne faze unutrašnjeg procesa, to može izazvati snažno shvaćanje i potpomoći povoljno ponovno rođenje.

Unutrašnja građa

Sutra, dan kad nas više neće biti,
Nedvojbena dolazi.

Shura u pismu Kaniki

Jedanaesta kitica

O neka bismo sami spoznali svoju narav kroz jogu koja shvaća da su cikličko postojanje i nirvana prazni

Kad se privid, rast i stanje blisko prosvjetljenju rasplinu - prvi u potonje - i doživljaji poput prožimajuće mjesečine, sunca i tame svanu.

Da bismo stekli sliku o četiri konačne faze procesa umiranja, bitno je shvatiti razine svijesti, baš kao i građu kanala, vjetrova i kapi esencijalnog fluida u tijelu. Zbog toga je važno upoznati se s tantrističkom psihologijom i fiziologijom.

Razine svijesti

Najviša joga tantra dijeli svijest na tri razine: grubu, suptilnu i vrlo suptilnu. Na gruboj razini nalazimo svijest o pet osjetila - očnu svijest koja zamjećuje boje i oblike; ušnu svijest koja hvata zvukove; nosnu svijest koja opaža mirise; jezičnu svijest koja osjeća okuse, te napokon tjelesnu svijest koja donosi taktilni doživljaj. Postoje dakle individualne svijesti sa specifičnim sferama djelovanja - na području boja i oblika, odnosno zvukova, mirisa, okusa i opipa.

Suptilnija od njih, no ipak još na gruboj razini, jest svijest kojom mislimo. Nju raspoređujemo u tri razreda, koji odgovaraju trima vrstama vjetra - jakom, srednjem i slabom - na kojima jašu tri razreda svijesti. U prvoj skupini nalazimo snažno gibanje vjetra u odnosu na objekte, kao i trideset tri konceptualna doživljaja, primjerice strah, osjećaj vezanosti, žeđi, sućuti, gramzivosti i ljubomore. Drugu skupinu čine konceptualne svijesti u kojima nalazimo srednje gibanje vjetra u odnosu na objekte -ukupno četrdeset koncepcija, u koje ubrajamo radost, zapanjenost, velikodušnost, želju za ljubljenjem, junaštvo, neblagost i nepoštenje. U trećoj skupini nalazimo blago gibanje vjetra u odnosu na predmete - sedam koncepcija, od kojih spomenimo zaboravljivost, zabludljivost i opažanje vode u fatamorgani, kao i katatoniju, depresiju, lijenost, dvojbu, sukob želja i mržnju. (U svakoj od te tri skupine svjesnosti ili koncepcija nalazimo različite razine grubosti i suptilnosti.)

Te tri kategorije konceptualnih doživljaja spadaju u grubu razinu uma, ali su ipak suptilnije od pet osjetilnih svijesti. One su takoreći odrazi dubljih razina svijesti koje u sve manjoj i manjoj mjeri posjeduju dualističku percepciju. To su otisci tri suptilnije razine uma koji se manifestiraju u razdoblju poslije utruća grubljih razina svijesti, pa bilo da se do njega dolazi namjerno - kao u dubokim meditativnim stanjima - ili prirodno, kao u procesu umiranja ili utonuća u san.

Kad vjetrovi na kojima jaši svih tih osamdeset koncepcija jenjaju, s njima se rasplinu i koncepcije. Time se omogućuje izražavanje tri suptilne razine svijesti, i to ovim redom: um jarko bijele pojave, um jarko narančasto-crvene pojave i um jarko crne pojave. (A koje ćemo opisati po fazama, od pete do sedme.) Sve to napokon dovodi do vrlo suptilne razine svijesti, do uma jasnog svjetla, koji je, u svojstvu duhovnog puta, i najmoćniji. (Opisat ćemo ga u okviru osme faze.)

Prije nego što potanko razmotrimo te četiri konačne faze, morat ćemo objasniti promjene o kojima one ovise. U fiziologiji Najviše joge tantre, one se odvijaju u tjelesnim kanalima, vjetrovima i esencijalnim kapima što teku tim kanalima.

Struktura kanala u tijelu

U tijelu nalazimo bar sedamdeset dvije tisuće kanala - arterija, vena, cijevi, živaca te manifestnih i nemanifestnih putova - koji poslije začeca počinju izrastati iz onog što će kasnije postati srce. Tri najvažnija kanala vode od točke između obrva do tjemena, pa se onda s prednje strane kralježnice spuštaju sve do njezina kraja, te se napokon pružaju do kraja spolnog organa. Pomoću tog opisa možemo zamisliti srednji, desni i lijevi kanal u meditaciji, a što se donekle ne slaže s njihovim stvarnim položajem, no takvo je njihovo idealno zamišljanje ipak korisno za dozivanje suptilnijih razina uma. Ponekad takvi tjelesni opisi samo upućuju na točke na koje se moramo usredotočiti pri meditiranju.

U vitalnim točkama ta tri kanala nalazi se sedam kanala-kotača s različitim brojem žbica ili kanala-latica:

1. Kotač velikog blaženstva nalazi se u tjemenu, te ima trideset dva kanala-latica. Tako ga zovemo zato što mu se u središtu nalazi kap bijelog esencijalnog tjelesnog fluida a koji je temelj blaženstva.

2. Kotač užitka nalazi se u središtu grla, te ima šesnaest kanala-latica. Tako ga zovemo zato što na tom mjestu osjećamo okuse.

3. Kotač pojava se nalazi u srcu, te ima osam kanala-latica. Tako ga zovemo zato što je on stanište vrlo finog vjetra i uma, koji su zapravo korijen svih pojava.

4. Kotač emanacije nalazi se u solarnom pleksusu, te ima šezdeset i četiri kanala-latica. Tako ga zovemo zato što u njemu stanuje unutrašnja vatra, toplina koja se pali vježbanjem joge, te je sredstvo za stvaranje velikog blaženstva.

5. Kotač trajnog blaženstva nalazi se na donjem kraju kralježnice, te ima trideset dva kanala-latica. Tako ga zovemo zato što se s tog mjesta održava najdublja razina blaženstva.

6. Kotač u središtu dragulja (vršak spolnog organa) ima šesnaest kanala-latica.

7. Osim nabrojenog postoji još i kotač između obrva sa šesnaest kanala-latica.

U srcu se desni i lijevi kanal triput ovijaju oko središnjeg kanala (a svaki od njih stvara i vlastite petlje), pa nastavljaju prema dolje. To onda dovodi do šest suženja kod srca, a koja sprječavaju prolaz vjetra u središnji kanal. Zbog toga što je to suženje tako oštro, srce je opasan fokus meditacije, pa ona može, ako ne primijenimo primjerene tehnike, dovesti i do živčanog sloma.

U svakom od tih središta - među obrvama, na tjemenu, u grlu, srcu, solarnom pleksusu, donjem kraju kralježnice i spolnom organu - lijevi se i desni kanal po jedanput ovijaju oko središnjeg (pri čemu svaki od kanala i sam stvara petlju), te tako nastaju dva suženja. Lijevi i desni kanal napuhani su strujanjima zraka te središnji kanal sužavaju u tolikoj mjeri da kroza nj ne može prolaziti vjetar; ta suženja zovemo »čvorovima«. Ponovno upozoravamo kako je važno ne zaboraviti da je pamćenje crteža i opisa strukture kanala i kanala-kotača namijenjeno prije svega vježbanju. To nisu nužno i opisi njihova stvarnog oblika i položaja, jer se oni jako mijenjaju od čovjeka do čovjeka.

Struktura vjetrova u tijelu

Kad um obrati zanimanje na neki objekt, on to čini zahvaljujući gibanju zraka, to jest energije. Um jaši na vjetru poput jahača na konju. Prema Najvišoj jogi tantri, u našoj psiho-fizičkoj strukturi nalazimo pet primarnih i pet sekundarnih vjetrova:

1. Životvorni vjetar. Njegovo je glavno sjedište u kanalima srca, a funkcija mu je održavanje života. On osim toga izaziva i pet sekundarnih vjetrova, a koji upravljaju radom osjetila i usmjeravanjem pažnje.

2. Vjetar silaznog pražnjenja. Njegovo je glavno sjedište skup kanala u donjem trbuhu, pa se on giba u maternici i sjemenoj kesici, u mokraćnom mjehuru, preponama i tako dalje. On pokreće i zaustavlja uriniranje, defekaciju i menstruaciju.

3. Vjetar što prebiva u vatri. Njegovo je glavno sjedište skup kanala u solarnom pleksusu, a u kojem se pomoću joge stvara unutrašnja toplina. Taj vjetar izaziva probavu, razdvajanje rafiniranih i nerafiniranih dijelova, i tako dalje.

4. Vjetar uzlaznog gibanja. Njegovo je glavno sjedište skup kanala u grlu. On djeluje kroz grlo i usta, te stvara govor, omogućuje kušanje hrane, gutanje, štucanje, pljuvanje i tako dalje.

5. Prožimajući vjetar. Njegovo je glavno sjedište u zglobovima, a on sam izaziva gibanje udova, njihovo razmicanje i primicanje, te zatvaranje i otvaranje očiju i usta.

Kao što vidimo, vjetar pokreće fizičke i mentalne funkcije. Dobro zdravlje predmnijeva slobodno gibanje vjetrova; spriječi li se to gibanje, nastaju nevolje.

U normalnim okolnostima vjetar se ne giba i u središnjem kanalu, osim u samom procesu umiranja. To je gibanje, međutim, moguće izazvati dubokim jogističkim tehnikama - koje dopuštaju manifestiranje dubljih stanja uma. U četiri posljednje faze umiranja, vjetrovi koji tvore temelj svijesti ulaze u lijevi i desni kanal i tu se rasplinjuju. S druge, međutim, strane vjetrovi u lijevom i desnom kanalu ulaze u središnji i tu se rasplinjuju. Ispuhivanje lijevog i desnog kanala olabavljuje suženja u njihovim čvorovima. A kad se lijevi i desni kanal ispušu, središnji se oslobađa, čime postaje moguće gibanje vjetra u njemu. To gibanje izaziva manifestiranje suptilnih vjetrova, a težnja je jogina Najviše joge tantre da ih iskoriste na duhovnom putu. Vjetrovi na kojima jaše um u stanju dubokog blaženstva žestoko su zapriječeni u gibanju prema objektima, i takav je um posebno jak u shvaćanju stvarnosti.

Prije preko dvadeset godina živjela je neka redovnica, stara preko osamdeset godina, a stanovala je na verandi kuće u obližnjem selu. Ljudi su joj dolazili da im gata. Bila me je zamolila da je primim, i tako smo se upoznali. Ona mi je darovala knjigu o vježbanju po tradiciji Nvingma, takozvanu tehniku Proboj i preskok, pa smo malo popričali. Ona mi je ispričala kako se je dok je još bila mlada i živjela u Tibetu, bila i udala, ali joj je muž umro, pa se sasvim odrekla svjetovnog života, ostavila sav imetak i pošla na hodočašće. Tako je stigla i do Drikunga, gdje je u brdima pokraj tog mjesta upoznala jako starog lamu koji je tada imao već oko osamdeset godina. Lama je imao dvanaestak učenika. Ispričala mi je kako je u dvije zgone vidjela redovnike kako mašući šalovima kao krilima lete s vrha na vrh brda. To je vidjela vlastitim očima.

Ako je to istina, to onda nije samo magični podvig, nego djelo koje je omogućilo prakticiranje vjetar-joge. Ti redovnici, koji su živjeli u zabiti sa starim lamom, očito su se bili sasvim povukli iz svijeta, i zacijelo su olabavili čvorove na kanalima. Meni se čini da su oni osim toga uvidjeli i prazninu opstojanja u sebi, baš kao i da su bili obdareni altruizmom prožetim ljubavlju i sućuti. Bili oni mudraci ili ne, ipak su došli do esencije razumijevanja-praznine.

Kapi esencijalnog fluida u tijelu

U središtu su kanala-kotača kapi, bijele na vrhu i crvene na dnu, i baš se na njima temelji i tjelesno i duševno zdravlje. Na tjemenu prevladava bijeli element, a u solarnom pleksusu crveni. Te točke potječu od one najključnije kapi u srcu, koja je velika kao veliko gorušičino zrno ili maleno zrno graška, te je kao i ostale, s gornje strane bijela, a s donje crvena. Budući da ona postoji do smrtnog časa, tu kap u srcu zovemo »neuništivom kapi«. U toj kapi prebiva vrlo

suptilni živodajni vjetar; u trenutku se smrti svi vjetrovi na koncu rasplinjuju u njoj, a tad svane i jasno svjetlo smrti.

A sada, naoružani tim činjenicama o razini svijesti, kanalima i kapima esencijalnog fluida kao podlogom, vratimo se i pogledajmo kako se razine svijesti rasplinjuju u konačnim fazama umiranja.

NIZANJE ČETIRI ZAVRŠNE FAZE SMRTI

Četiri završne faze smrti počinju s tri razine suptilnoga uma a zaključuju se jednom fazom vrlo suptilnog uma. Kad uminu grube razine svijesti, pojavljuju se suptilne faze uma. Dok prolazimo kroz te tri razine, svijest nam postaje sve manje dualistička, i to zato što sve više slabi osjećaj za razlikovanje subjekta i objekta.

5. faza. Kad se raspline svih osamdeset koncepcija grube razine svijesti, pojavljuje se prva od tri suptilnije razine svijesti, jarko bijela pojava koja sviće sama po sebi. To je luminozna otvorenost, nalik na jesensko nebo prožeto bijelim svjetlom. U takvom se umu ne pojavljuje ništa drugo. Buddhistička tradicija uzima kao primjer jesensko nebo zato što su u jesen u Indiji, iz koje je poteklo to učenje, već prestale monsunske ljetne kiše, poslije čega nebo ostaje čisto od oblaka i umiveno od prašine. Baš onako kao što je nebo, ili prostor, zapravo samo odsustvo prepreke, tako su i sada nestale grube koncepcije, ostavljajući za sobom osjećaj otvorenosti. Prvo od ta tri suptilnija stanja zovemo »prikazom« zato što sviće prikaza nalik na mjesecinu, iako izvana ne blista takvo svjetlo. Takvo stanje zovemo i »praznim«, zato što je ono izvan osamdeset koncepcija i vjetrova na kojima one jašu.

A evo što se u petoj fazi zbiva na fizičkom planu, pa makar i izvan onoga što samrtnik doživljava: (1) Vjetrovi u lijevom i desnom kanalu iznad srca ulaze u središnji kanal kroz njegov otvor na tjemenu. (2) Zahvaljujući tome, čvor se kanala na tjemenu olabavljuje. (3) To, sa svoje strane, izaziva silazno gibanje bijele kapi vodene naravi što prebiva na tjemenu; kada kap stigne na vrh šesterostrukog čvora lijevog i desnog kanala u srcu, sviće jarko bijelo priviđenje.

6. faza. Kad se um bijelog priviđenja i njegov vjetar rasplinu u um jačanja priviđenja, samo po sebi sviće živo narančasto-crveno priviđenje. To je još svjetlija otvorenost, nalik na jesenje nebo čisto od oblaka i prašine te prožeto narančasto-crvenim svjetlom. U tom se umu ne pojavljuje ništa drugo. To stanje zovemo »jačanje priviđenja« zato što se i u njemu pojavljuje prikaza nalik na vrlo živo sunčevo svjetlo, no i u ovom slučaju takvo svjetlo nipošto ne blista izvana. To se stanje osim toga zove i »vrlo prazno« zato što nadilazi um prikaze i vjetar na kojem ona jaši.

Fizičke pojave: (1) Vjetrovi u lijevom i desnom kanalu ispod srca ulaze u središnji kanal kroz njegov niži otvor na dnu kralježnice ili spolnoga organa. (2)

Zahvaljujući tome, dolazi do opuštanja čvorova kanala-kotača u spolnom organu i pupku. (3) To izaziva uzlazno gibanje crvene kapi (koja izgleda kao okomita crtica) u sredini kanala-kotača u pupku. Kad se on pomakne taman do ispod čvora lijevog i desnog kanala u srcu, sviće narančasto-crveno jačanje priviđenja.

7. faza. Kad se um narančasto-crvenog jačanja priviđenja i njegov vjetar rasplinu u umu skoro-dosegnutosti, samo se od sebe pojavljuje jarko crno priviđenje. Ono sad izgleda kao jesensko nebo slobodno od prašine i oblaka i prožeto gustom tamom koja se spušta čim zađe sunce. U tom se umu ne pojavljuje ništa drugo. U prvom dijelu uma crnog skoro-dosegnuća još smo svjesni sebe, ali u potonjem dijelu gubimo svijest u vrlo gustoj tmuni nalik na nesvjesticu. Tu fazu zovemo »skoro-dosegnućem« zato što je bliza manifestaciji uma jasnoga svjetla. Zovemo je i »silno praznom« zato što dolazi iza uma jačanja priviđenja i vjetra na kojemu on jaše.

Fizičke pojave: (1) Gornji i donji vjetrovi u središnjem kanalu skupljaju se u srcu, pa olabavljaju šesterostruki čvor lijevog i desnog kanala. (2) U tom trenutku bijela kap iz tjemena spušta se još više, a crvena kap iz pupka još se više uzdiže, pa obje ulaze u središte neuništive kapi u srcu. (3) Kad se te dvije kapi sastanu, sviće jarko crno priviđenje.

8. faza. Um postaje još suptilniji negoli u nesvjesnom drugom dijelu uma crnog skoro-dosegnuća, gibanje vjetra slabi, pa nastupa stanje najsuptilnijeg vjetra. U tom trenutku stanje se nesvijesti gubi, pa se iskazuje um jasnog svjetla, najsuptilniji od sviju, nekonceptualan i potpuno nedualistički. U tom trenutku prestaje svaka konceptualna aktivnost te se rasplinjuju sva tri »uvjeta-zagađivača« - bijela, crvena i crna priviđenja, odnosno Mjesec, Sunce i tama, a koja sprječavaju izbijanje prirodne boje neba. Sviće vrlo bistra otvorenost. Nalik je na jesensko nebo u zoru, pred izlazak sunca, slobodno od svega što bi ga moglo nagrđiti, i ne pojavljuje se ništa drugo. Ta se najdublja svijest zove »fundamentalni naravni um jasnoga svjetla« i »sasvim prazan um« zato što on nadilazi osamdeset koncepcija i tri suptilna uma.

Fizičke pojave: (1) Bijela i crvena točka rasplinjuju se u neuništivoj kapi u srcu - bijela se rasplinjuje u njezinom bijelom gornjem dijelu, a crvena u crvenom donjem. (2) Nakon toga se vjetrovi u središnjem kanalu rasplinjuju u vrlo suptilni životvorni vjetar. (3) To dovodi do manifestiranja vrlo suptilnog vjetra i uma jasnog svjetla.

Kod većine ljudi smrt nastupa pri manifestiranju te najsuptilnije razine uma. Najsuptilnija svijest obično ostaje u tijelu tri dana, ukoliko tijelo nije razrušila bolest, u kojem se slučaju svijest u njemu može zadržati i manje od dana. Za sposobnog je učenika to dragocjena prilika za vježbanje. Ljudi svjesni uma jasnog svjetla mogu u tom stanju ostati kroz duže vrijeme pa ga, ovisno već o prijašnjem vježbanju, mogu čak i iskoristiti za shvaćanje istine o ispraznosti opstojanja u sebi svih pojava, pa tako i cikličkog postojanja i nirvane.

Shvaćanje praznine

Shvaćanje buddhističkog učenja o praznini ključno je važno ako želimo umrijeti realistički i bez straha. Praznina nije isto što i nepostojanje. Mogli bismo pomisliti da praznina znači ništavilo, ali nije tako. Od čega je to pojavnost prazna? Ako ne shvatimo što se to negira, ne možemo shvatiti ni što to nedostaje, ni što je to praznina. Pogledajmo na to ovako: Buddha je često govorio da su sve pojave, zato što su nastale ovisno, rlativne, čime je htio reći da njihovo postojanje ovisi o uzrocima i uvjetima, kao i o vlastitim sastavnim dijelovima. Tako, primjerice, naše tijelo ne postoji neovisno, nego ono naprotiv ovisi o jako mnogo uzroka, od jajašca i sjemena pa do hrane i vode. Ono osim toga ovisi i o vlastitim dijelovima - nogama, rukama, torzu i glavi.

Upitajmo se je li naše tijelo, iako se čini da postoji samo po sebi, identično rukama, nogama, torzu i glavi, ili se od njih razlikuje. Ako ono postoji takvo kakvim se pričinja, tako konkretno prisutno, onda bi moralo postajati sve jasnije i jasnije pod svjetlom analize kojoj je cilj zaključiti je li tijelo ijedan od svojih sastavnih dijelova, ili je pak njihov zbir, ili je naprotiv nešto sasvim drukčije. No što ga više promatramo, sve više otkrivamo da se odgovor na to pitanje ne može naći ni na koji od navedenih načina. Tako je to kod svih pojava. Činjenica da odgovor ne možemo naći takvom analizom znači da pojave ne postoje po vlastitoj moći, da se one nisu uspostavile same. One dakle ne opstoje u sebi, i to unatoč svim prividima koji uvjeravaju u suprotno.

To međutim ipak ne znači da osjetilna bića i stvari uopće ne postoje. Riječ je samo o tome da oni ne postoje onako konkretno kako nam se to pričinja. Ako dobro analiziramo i meditiramo, shvatit ćemo harmoniju između trenutne pojave ljudi i stvari i njihove praznine opstojanja u sebi. Bez takvog će nam se shvaćanja učiniti da se praznina i pojavnost međusobno isključuju.

Sve pojave - uzroci i posljedice, agensi i djelovanja, i dobri i zli - postoje samo po uvriježenom shvaćanju, sve su one nastale ovisno. Budući da postojanje pojava ovisi o drugim faktorima, one nisu neovisne. To nepostojanje neovisnosti - ili ispražnjenost od opstojanja u sebi - predstavlja konačnu istinu o njima. Shvaćanje toga jest mudrost.

Fundamentalni je uzrok patnje neznanje - kriva koncepcija da živa bića i predmeti opstoje u sebi. Sva kriva stanja uma imaju u korijenu tu zabludu. Glavni je cilj duhovnog puta suprotstavljanje neznanju i njegovo uklanjanje mudrošću. Mudra svijest, utemeljena u stvarnosti, shvaća da živa bića i druge pojave ne opstoje u sebi. To je mudrost praznine.

Jedan od najimpresivnijih i najkorisnijih spisa prvog pančen-lame jest njegova Rasprava s neznanjem, dosta slična osmom poglavlju Shantidevina Vodiča u Bodhisattvin način života. U njemu se vodi rasprava između egocentričnosti i uvažavanja drugih ljudi. Rasprava s neznanjem prvog pančen-lame zapravo je zažarena diskusija između ignorantske zablude da osjetilna bića

i predmeti opstoje u sebi, i mudrosti koja govori o ovisnom nastanku i praznini. Kad sam pročitao tu knjigu, shvatio sam da moje razumijevanje Srednjeg puta ne doseže najvišu razinu.

Zahvaljujući njegovim objašnjenjima napokon sam shvatio da je neobično teško, nakon pobijanja opstojanja u sebi, postulirati čisto normalno i imputirano postojanje ljudi i pojava. To je potvrdila i kitica u Tsongkhapinom velikom iskazivanju specijalnog uvida, iznesenom u njegovoj Velikoj raspravi o stupnjevima Puta prosvjetljenja:

Iako je umu teško postulirati uvjetni postanak
 Uzroka i posljedice no bez opstojanja u sebi
 Bilo bi prekrasno pouzdati se u neki
 pristup
 I reći da je to sustav Srednjega puta.

U prethodnom dijelu ove knjige nisam postavljao pitanje kako nam izgledaju osjetilna bića i objekti. U taj izgled nisam dirao, te sam smatrao kako je negacija opstojanja u sebi nešto što nadilazi osnovni, uvriježeni izgled. Kroz razmišljanje sam, međutim, o tekstu prvog pančen-lame, razvio novo razumijevanje. To bi se dalo najbolje objasniti pričom o tome kako sam sagledao tvrdnju tibetskog učenjaka-jogina Gungtanga Konchoka Tenpava Dronmaya, izraženu u stihovima:

Iz toga da se analizom traži opstojanje u sebi,
 Slijedi da se pobija činjenica da ga nismo našli.
 Pa ipak, nenalaženje ne negira temelj onoga što se traži,
 I tako se naknadno vidi tek nominalni ostatak.

Čini se da to upućuje na zaključak da, unatoč pobijanju tvrdnje da pojavnost opstoji u sebi, time nije pobijena i pojava same pojavnosti. Doista, sama se pojava ne pobija, no čini se da u njegovoj tvrdnji karmičke manifestacije nekog fenomena ostaju nedirnutе u tolikoj mjeri da nam se čini kako su one uspostavljene vlastitom naravi, te da se pobija neko dodatno postojanje u sebi. To su, međutim, nazori niže od dviju škola Srednjega puta, tj. Autonomne škole.

Prema njoj, ako se neka pojava konačno uspostavi, onda će se ona uspostaviti kao vlastiti modus postojanja, u kojem bi slučaju morale postati vidljive najvišoj mudrosti, no budući da pojave poput četiri elementa nisu vidljive najvišoj mudrosti, one u krajnjem izvodu niti ne postoje. Takvi su nazori Autonomne škole. Meni se čini da s takvog motrišta, nasuprot Tsongkhapinoj tvrdnji o nazorima više od dviju gore citiranih škola Srednjeg puta, a u okvirima takve analize, ne bi bilo teško postulirati ovisni postanak uzroka i posljedice.

Rasprava s neznanjem prvog pančen-lame govori sasvim jasno da forme i tome slično, kad se pojave pred nama, od početka stvaraju dojam da su uspostavljene vlastitom naravi, pa kad se taj dojam pobije, onda nam se čini da smo time ukinuli i samo postojanje te pojave. Baš zato Tsongkhapa i veli da je, ako ne postoji opstojanje u sebi, teško postulirati ovisno nastajanje uzroka i posljedice. Uz pomoć Rasprave s neznanjem prvog pančen-lame, shvatio sam da je ono što Tsongkhapa veli zaista tako. Njegova je knjiga bila zaista vrlo korisna.

Shvatimo li da mi ne opstojimo u sebi, i to rezoniranjem da nismo ni jedno ni mnoštvo, ni jednina ni množina, i ukoliko to gledišta i zadržimo, njime ćemo - bar malo - potkopati neznanje što se očituje u zamišljanju opstojanja u sebi. Ta spoznaja, međutim, ipak sasvim ne suzbija ideju opstojanja u sebi, koja ostaje i dalje važeća, bar kad je riječ o nama. Zašto? Zato što ono uvriježeno, u sebi opstojeće »ja« i dalje označava našu svijest. Čim se pojavi »ja«, s njim se pojavljuje i opstojanje u sebi koje treba pobiti, te je stoga nužno shvatiti da »ja« koje se pojavljuje pri promatranju tijela i uma zapravo ne postoji. To »ja« ne postoji. Ili, kako to veli prvi pančen-lama:

Već samo pobijanje istinskog postojanja »Ja« koje opažamo promatranjem tijela i uma,

Uzmi već samo njegovo nepostojanje kao predmet svog zanimanja,

Uzmi ga kao čistu pojavu, ali ne dopusti da njezina sila oslabi.

On nam zapravo veli da ćemo, budemo li tako meditirali, potkopati ideju opstojanja u sebi. To mi je mnogo pomoglo.

U fazama umiranja mi težimo tome da shvatimo tu krajnju narav pojava, tu prazninu opstojanja u sebi, kao objekt suptilnijih i moćnijih umova, te se koncentriramo isključivo na nju. Kroz tu ćemo joga spoznati svoju krajnju narav. Od dvije naravi, uvriježene i krajnje, mislit ćemo na krajnju - na odsutnost opstojanja u sebi.

ZAKLJUČNI SAVJETI

1. Razmislimo kako različiti stavovi i ideje imaju različitu snagu u smislu gibanja vjetrova prema njihovim objektima.

2. Shvatimo da poslije četiri unutrašnja znaka, to jest fatamorgane, dima, krijesnica i plamena (svjetiljke na maslac ili svijeće, u prvi čas treperavog, no koji se poslije ustali), sviću tri suptilna uma: um bijelog priviđenja, um narančasto-crvenog jačanja priviđenja, um svitanja crnog skoro-dosegnuća.

3. Ne zaboravimo da moramo težiti tome da pomoću ta tri suptilnija uma shvatimo istinu o praznini.

4. Praznina ne znači nepostojanje, nego ona predstavlja odsustvo opstojanja u sebi pojava, i to kako živih bića tako i stvari.

5. Naučimo analizirati pojave. Usredotočimo se na pitanje jesu li one ijedan od svojih individualnih dijelova, ili zbir svojih dijelova, ili nešto posve drugo. To će nam ukazati na to da pojave ne postoje na konkretan način, a kako nam se privida.

6. Svi uzroci i posljedice, agensi i djela, dobro i zlo, postoje samo uvriježeno; oni su ovisno nastali.

7. Njihova je krajnja istina odsutnost neovisnosti ili praznina opstojanja u sebi. To je ono što mudrost shvaća, pa time podriva neznanje što stoji iza požude i mržnje, kao i patnje koju one stvaraju.

8. Pomoću te joge upoznajmo krajnju narav sebe, baš kao i svih drugih pojava.

Jasno svjetlo smrti

Shvati da je ovo tijelo netrajno poput zemljane posude.
 Spoznaj da pojave nemaju opstojanje u sebi, one su kao zrcala.
 Kad uništiš otrovno oružje prijanjanja
 — privlačno poput cvijeća — Otići ćeš onamo odakle smrt se više i ne vidi.

Buddha

Dvanaesta kitica

O neka bi se jasno svjetlo-majka i dijete susreli
 Kad se stanje blisko prosvjetljenju raspline u potpunu prazninu
 I sva umnožavanja predodžbi prestanu i doživljaj
 Nalik na jesenje nebo nezagađeno ničim svane.

Prema Najvišoj jogi tantri ne postoji um suptilniji od uma jasnog svjetla; on je temelj svih prikaza u cikličkom postojanju i nirvani. Taj um bistrog svjetla postoji neprekidno u cikličkom postojanju, a koje nema početka. Budući da on nije privremen, zovemo ga fundamentalnim umom, dok su umovi crnog skoro-dosegnuća, narančasto-crvenog jačanja priviđenja, bijelog priviđenja i tako dalje, novostvoreni, zbog čega im je suđeno da i uminu zbog djelovanja vanjskih uvjeta, pa ih zato zovemo privremenima i nadošlima. Taj potpuno prazni, fundamentalni naravni um jasnoga svjetla najdublji je um u nama.

Sve druge umove možemo smatrati grubim, iako među njima nalazimo mnoge razine grubosti i suptilnosti. U odnosu na um jasnoga svjetla, grubi su čak i umovi crnog skoro-dosegnuća, narančasto-crvenog jačanja priviđenja i bijelog priviđenja. U usporedbi s fundamentalnim naravnim umom jasnoga svjetla, oni su privremeni, kao što su to i obične svjesnosti.

Gledano iz te perspektive, grad pogrešnih predožbi o promatraču i promatranom, o subjektu i objektu (a koji je već spomenut u četvrtoj kitici), možda zapravo govori o pojavama koje izviru iz djelovanja (karme), a koja djelovanja opet izviru iz grube konceptualnosti grubljih nivoa svijesti. Ako smo sposobni stalno prebivati u tom naravnom umu jasnog svjetla, i to bez regresije kroz niže razine, onda zapravo i nemamo prilike za akumuliranje karme. Da bismo, međutim, ostali stalno u umu jasnoga svjetla, moramo najprije ukloniti prepreke sveznanju, a to znači ocrniti pogrešno pojavljivanje subjekta i objekta

kao nečeg što ne opstoji u sebi. Ako smo sposobni ostati u umu jasnoga svjetla, konceptualna se svijest gasi. Sve do tada smo pod utjecajem grubljih razina svijesti i svjetovne konceptualnosti, pri čemu akumuliramo karmu.

U konačnoj fazi umiranja, kad se sve grube svijesti rasplinjuju u sveobuhvatnoj praznini, a koja je zapravo jasno svjetlo ili fundamentalni naravni um, bezbroj objekata ovoga svijeta, baš kao koncepti poput istovjetnosti i različitosti, već se smirilo u tom najsuptilnijem umu. Svi prividi okoliša i bića već su se povukli sami od sebe. Ako smo sposobni jasno svjetlo smrti preobraziti u potpuno kvalificiranu duhovnu svijest, um će prepoznati svoje lice, svoju narav: entitet fundamentalnog uma.

U slučaju će se neizvježbanog samrtnika u tom trenutku povući i grubi prividi. Do tog povlačenja uvriježenih privida, međutim, ne dolazi zbog percepcije realnosti stečene meditacijom. U te četiri završne faze umiranja, vjetrovi što svijestima služe kao jahaći konji postaju sve suptilniji. Kad se u posljednjoj fazi privremeni vjetrovi koji nose svijest redom rasplinu, tako da um (kako izvježbanog tako i neizvježbanog) postaje nekako neizdiferenciran, pa sviće neokaljana otvorenost.

Ali kao učenici, mi želimo nadići tu običnu prazninu, tu puku odsutnost uvriježenih pojava. Kad osvane jasno svjetlo, potrudimo se neobičnu prazninu opstojanja u sebi shvatiti samim umom jasnoga svjetla. A to nećemo postići napinjanjem u samom razdoblju bistrog svjetla, nego je to ostvarivo samo pomoću sile upoznatosti stečene prije faze rasplinuća, kao i jakog koncentriranja na prazninu za svitanja tri uma od bijelog, crvenog i crnog privida. To potvrđuje koliko je važno stalno vježbati.

Zaglavni je kamen mog duhovnog vježbanja razmišljanje o četiri osnovna učenja o netrajnosti, patnji, praznini i nesebičnosti. Osim toga u okviru osam različitih dnevnih ritualnih vježbi, ja meditiram o fazama umiranja. Zamislim rasplinuće elementa zemlje u vodu, elementa vode u vatru, i tako dalje. Iako ne mogu tvrditi da o tome posjedujem ikakvo duboko iskustvo, kad ritual pozove da zamislimo rasplinuće svih prikaza, kod mene dolazi do kratkog zastoja u disanju. Uvjeren sam da se, ukoliko učenik sebi predoči rasplinuće na dokoniji i temeljitiji način, u tom slučaju manifestiraju potpunije vizije. Budući da pri svim svojim dnevnim vježbanjima sebi predočujem božanske smrti, time se samo navikavam na taj proces, pa je stoga za pretpostaviti da će mi u trenutku stvarne smrti on biti vrlo poznat. Hoću li, međutim, u tome uspjeti ili neću, to ja, dakako, ne mogu znati.

Neki od mojih prijatelja i suvjeraca, među kojima i učenici sustava zvanog Velika sveobuhvatnost iz reda Nvingma tibetskog buddhizma, izvijestili su o dubokom osjećaju rasplinuća, ali još uvijek u području sličnosti sa stvarnim. Neki Tibetanci, proglašeni klinički mrtvima, ostali su u tom stanju poduže vrijeme, ali neraspadnuti. Tako je baš lani tijelo nekog lame iz reda Sakya ostalo svježije, te se u dvadeset dana nije ni počelo raspadati. On je »umro« u Dharmsali

ali je, dok god je ondje bio, ostao u stanju meditacije. Zatim su mu tijelo odnijeli u Rajpur u pokrajini Dehra Dun, gdje je i dalje ostalo svježe. Što je neobično. Ja osobno znam za petnaestak Tibetanaca čija se tijela isto tako nisu počela raspadati - neka po nekoliko dana, neka još duže, i tako sve do tri tjedna. Moj je pak stariji tutor Ling Rinpochay u tom stanju ostao punih trinaest dana.

U svom najboljem obliku to se stanje, preobraženo u duhovni doživljaj, zove susretom jasnog svjetla-majke i jasnog svjetla-djeteta. Jasno svjetlo-majka pojavljuje se, naravno, kad umiremo djelovanjem karme. Jasno svjetlo-dijete stvara se kultiviranjem duhovnog puta, do čega se dolazi vježbanjem joge u ranijim meditacijama. Susret jasnog svjetla-majke i jasnog svjetla-djeteta ustvari i nije susret dva entiteta, nego bi se prije moglo reći da se jasno svjetlo-majka, svjetlo smrti, koje sviće zahvaljujući karmi, pretvara u duhovnu svijest, u jasno svjetlo-dijete. To onda zovemo susretom jasnog svjetla-majke i jasnog svjetla-djeteta.

Po jednom drugom tumačenju, jasno svjetlo-dijete isto je što i praznina, a susret ta dva jasna svjetla znači da ne dopuštamo jasnom svjetlu-majci da se pretvori u običnu svijest o smrti, nego da mu kao objekt određujemo prazninu opstojanja u sebi - jasno svjetlo-dijete. Objašnjenje da je jasno svjetlo-majka obična svijest o smrti pripada uobičajenijem tumačenju, iako je smisao u biti isti.

Suptilne kapi kao temelj suptilnoga uma

Kao što smo već bili objasnili, izražavanje je dubljih nivoa svijesti tijesno povezano s fizičkim procesima četiri elementa - zemlje, vode, vatre i vjetra - i to napose četvrtog, zato što vjetrovi tvore temelj svijesti. U procesu umiranja osim toga sudjeluje i kap suptilne materije u srcu, a u njoj je sadržana najsuptilnija svijest običnog stanja.

U tantri Kalachakra, još jednoj od najviših tantri joge što ih je izgovorio Buddha, a čije se poznavanje proširilo po Indiji u desetom stoljeću, pojavljuje se intrigantno prikazivanje osam kapi suptilne materije na strateškim mjestima u tijelu. To su mjesta u kojima se čistimo od okaljanosti i u kojima iskorištavamo svoje potencijale. Poput kapi u srcu u Tantri Guhyasamaja (koja je, kao što već rekosmo, glavni sustav kojim smo se bavili u ovoj knjizi), tih osam kapi predstavlja suptilnu materiju veličine gorušičina zrna, a sazdane su od osnovnog crvenog i bijelog sastojka. One osim toga tvore bazu suptilne svijesti. Predispozicije što ih stvaramo svojim valjalim i nevaljalim djelima ulijevaju se u te suptilne svijesti. Djela što ih činimo tijelom, govorom i u mislima talože latentne tendencije u svijesti što prebiva u tim materijalnim kapima, gdje ona ostaju sve dok ih izvjesni uvjeti ne natjeraju da se izraze u obliku zadovoljstva, boli i u drugim događajima našeg cikličkog postojanja.

Postoje dva skupa od po četiri kapi, i svaki par djeluje zajedno i stvara drukčije stanje svijesti. Prvi se skup nalazi u (1) čelu (ili tjemenu), (2) grlu, (3)

srcu i (4) pupku, a drugi u (1) pupku, (2) tajnom mjestu (donjem kraju kralježnice), (3) središtu spolnog organa i (4) vršku spolnog organa. Kapi u čelu i pupku stvaraju stanje budnosti, kapi u grlu i u donjem kraju kralježnice stvaraju stanje sanjanja, kapi u srcu i središtu spolnog organa stanje dubokog sna, a kapi na vršku spolnog organa dovode do stanja spolnog blaženstva. Kao što vidimo, jedna kap u pupku sadrži u sebi dvije različite predispozicije: jedna od njih, u svojoj ulozi četvrte u gornjem skupu kapi, stvara budno stanje, dok druga, u ulozi prve u donjem skupu kapi, stvaranje stanja spolnoga blaženstva.

U svakoj su kapi sadržane dvije vrste moći: jedne čiste i jedne nečiste. Kad smo budni, vjetrovi se gornjeg dijela tijela skupljaju u čelu, dok se vjetrovi donjeg dijela tijela skupljaju u pupku. Čiste moći stvaraju samo pojave predmeta, dok nečiste stvaraju pojave nečistih predmeta. Dok sanjamo, gornji se vjetrovi skupljaju u grlu a donji u tajnom dijelu tijela, pa čiste moći stvaraju samo gole zvukove, dok nečiste moći stvaraju zbrkani govor. U dubokom se pak snu gornji vjetrovi skupljaju u srcu, a donji u središtu spolnog organa, pa čiste moći stvaraju bezkonceptualnu jasnoću, a nečiste opskurnost. Kad se jako spolno uzбудimo, gornji se vjetrovi skupljaju u pupku a donji na vršku spolnog organa, dok čiste moći stvaraju blaženstvo a nečiste izlučivanje spolnih sekreta (kako kod muškaraca, tako i kod žena).

Duhovno vježbanje u tradiciji Kalachakre usmjereno je pročišćavanju ta četiri skupa kapi. Očistimo li kapi u čelu i pupku, a koje u budnom stanju stvaraju pojavu nečistih predmeta, pretvorit ćemo predmete u pojavu praznih formi - formi koje nadilaze samu materiju. Kao prazne forme, te nam pojave mogu poslužiti na putu prosvjetljenja. Kapi u grlu i u donjem kraju kralježnice posjeduju sposobnost stvaranja govora punog omaški, no ako ih pročistimo moguće je razotkriti »nepobjedive zvukove« i njima se poslužiti na duhovnom putu. Kapi u srcu i središtu spolnog organa posjeduju sposobnost stvaranja opstojnosti, no ako ih pročistimo, njihovu je bezkonceptualnu mudrost moguće primijeniti na duhovnom putu. Kapi u pupku i na vršku spolnog organa posjeduju sposobnost izazivanja izlučivanja, a ako ih pročistimo, obično blaženstvo možemo pretvoriti u nepromjenjivo veliko blaženstvo bez izlučivanja te ga iskoristiti za duhovne svrhe. Te se pozitivne sposobnosti zatim razvijaju u sve više i više oblike, da bi se napokon pretvorile u posebno dijamantoidno tijelo, govor, um i Buddhino blaženstvo.

U sustavu Kalachakra sve prepreke koje vežu biće za stanje patnje i ograničenosti, a koje mu priječi da bude altruistično djelotvoran, sadržane su u te četiri kapi. Ipak to karmičko ulijevanje prepreka ne potječe od samog materijala kapi, nego su, naprotiv, karmičkim moćima natopljeni baš vrlo suptilni vjetrovi i umovi što prebivaju u tim dvama skupovima od po četiri kapi, i to kako valjalim tako i nevaljalim. Materijalne su kapi zapravo nositelji tih suptilnih umova i vjetrova, baš onako kao što je naše fizičko tijelo, gledano u cjelini, nositelj našeg uma.

Prije dvije godine jedan je tibetski jogin primjenjivao stil meditacije Velika sveobuhvatnost u tradiciji Nvingma, i tako postigao stanje potpunog iščeznuća opipljivog fizičkog tijela, a što zovemo »pretvaranjem tijela u dugu«. Taj se jogin zvao Achok, a inače je iz Nvaronga. Povremeno je studirao filozofiju na samostanskom sveučilištu Sera u Gelu kraj Lhase, a poučavao ga je i moj mlađi tutor Trijang Rinpočaj, ali mu je glavni učitelj bio Dujom Rinpočaj, lama tradicije Nvingma. Iako je vježbao tantru u skladu sa starom i novom školom tibetskog buddhizma, glavno mu se vježbanje ipak svodilo na recitiranje om mani padme hum popraćeno odgovarajućom meditacijom.

Sve do prije otprilike tri godine često je govorio kako se nada da će mu se u životu ukazati prilika da se susretne s dalaj-lamom. A onda je jednog dana sazvao svoje sljedbenike da prinesu žrtvu za dalaj-lamin život. Pošto su to učinili, on ih je sve iznenadio najavom da će sad otići. Stavio je na sebe žutu redovničku halju te rekao da ga na tjedan dana zapečate u njegovoj sobi. Učenici su mu ispunili želju, no kad su poslije tjedan dana otvorili sobu, otkrili su da je sasvim nestao, ostavivši samo halju. Jedan je od njegovih učenika, kao i jedan njegov supraktičar, došao u Dharmsalu, gdje su mi ispričali svoju priču i dali mi komadić njegove halje.

Budući da je najčešće živio sasvim povučeno, kao sasvim jednostavan redovnik bez pretenzija - za razliku od nekih lama - a bio je, kako je sad dokazao, i jako dobar učenik, uspio je postići da mu se to napokon dogodi. Tu vidimo vezu između uzroka i posljedice. Bilo je i nekih drugih kojima su se pripisivala čuda, ali iza tih priča nisu stajali uvjerljivi dokazi.

U Najvišoj jogi tantri pojedine moći - koje u običnom životu pomoću vrlo suptilnih vjetrova i umora stvaraju nečiste ambijente i bića - pročišćavaju se uvježbavanjem duhovnoga puta, pa se one preobražavaju u čisti, altruistični um, govor i tijelo Buddhino. Naš je cilj izazvati manifestaciju fundamentalnog, naravnog uma jasnoga svjetla, te najsuptilnije razine svijesti, te na toj razini uma i ostati bez regresije na niže razine. To pročišćeno stanje nije, međutim, samo mentalno, ono zahvaća i tijelo, ali tijelo sazdano od vjetra, vjetra na kojemu jaše um jasnoga svjetla. Krajnji je cilj tog manifestiranja pomaganje drugima da postignu istu slobodu od patnje i ograničenja.

U središtu je tog procesa pročišćenja shvaćanje luminozne i misaone naravi uma - shvaćanje da loše emocije poput požude, mržnje, neprijateljstva, ljubomore i ratobornosti ne prebivaju u samoj biti uma, već su mu periferne. Kad um shvaća vlastitu narav i kad se to znanje udruži s jakim sabranošću, postaje nam moguće postupno smanjiti te napokon i sasvim nadvladati loša emotivna stanja koja pokreću procese stalne patnje. Tako Tibetanci gledaju na prislan odnos između uma i materije, kao i na njihovo funkcioniranje u procesu altruistički usmjerenog pročišćenja.

Zaključni savjeti

1. Konačna faza u procesu umiranja nastupa kad svane fundamentalni naravni um jasnog svjetla. Taj um postoji neprekidno i oduvijek u vremenu koje nema početka, te će zauvijek i nastaviti postojati.

2. Ostvarimo li najviši cilj, tad u buddhinstvu (prosvjetljenju) postajemo sposobni ostati u naravnom umu jasnog svjetla bez prolaženja kroz obrnuti proces spuštanja na grublje razine svijesti. Od tog trenutka više nam se ne pruža prilika za skupljanje karme.

3. Čak i kod običnog čovjeka koji ne vježba jogu, u trenutku smrti sviće stanje u kojem više nema grubih privida, no visokorazvijeni učenik teži tome da taj um iskoristi za shvaćanje istine, praznine opstojanja u sebi, i to pomoću moći koja potječe iz upoznatosti s tim stanjem, a koja se stječe meditacijom o praznini.

4. Obični um jasnoga svjetla koji se iskazuje u konačnoj fazi umiranja zovemo jasnim svjetlom-majkom, a jasno svjetlo koje nastaje kultiviranjem duhovnoga puta zovemo jasnim svjetlom-djetetom.

5. Kad se jasno svjetlo-majka, koje sviće zahvaljujući karmi, preobrazi u duhovnu svijest koja je spoznala prazninu - dakle u jasno svjetlo-dijete - tu preobrazbu zovemo susret jasnog svjetla-majke i svjetla-djeteta.

Trinaesta kitica

O neka bismo se zadubili u samo na jedno usmjerenu duboku meditaciju
 U uznesenoj mudrosti združenog naravnog blaženstva i praznine
 Dok traju četiri praznine nakon taljenja Mjesecu sličnog bijelog sastojka
 Na vatri gromu slične Moćne Žene.

Jogini pomoću tehnika koncentriranja stvaraju unutrašnju toplinu, takozvanu Moćnu ženu (ili Tumo, na tibetskom jeziku), koja se središnjim kanalom uspinje sa svog glavnog sjedišta u solarnom pleksusu. Ta unutrašnja toplina tali bijeli sastojak u spletu kanala u tjemenu (Kotaču velikog blaženstva). Metaforički gledano, taj esencijalni bijeli sastojak uspoređujemo s Mjesecom te ga zovemo umom prosvjetljenja. Kako se taj bijeli sastojak tali, pa se spušta u središnjem kanalu, i tako postupno stiže do kanalskih kotača grla, srca, pupka i tajnog dijela tijela, mi doživljavamo četiri razine radosti - radost, najvišu radost, izvanrednu radost i urođenu radost.

Te su četiri radosti egzaltirane mudrosti velikog blaženstva. Te radosne mudrosti kao svoj objekt promišljanja uzimaju prazninu, te stoga velimo da se blaženstvo i praznina udružuju. Kroz meditativnu mudrost velikog blaženstva u Najvišoj jogi tantri, kad zahvaljujući karmi, u trenutku smrti sviće jasno svjetlo-

majka, to je svjetlo moguće preobraziti u svijest duhovnog puta (jasno svjetlo-dijete). Želja u toj kitici pjesme prvog pančen-lame - posljednjoj koja se bavi stanjem smrti - usmjerena je baš prema postizanju tog stanja.

Čovjek koji svakodnevno vježba Najvišu jogu tantru zamišlja pojavljivanje osam znakova smrti - fatamorgane, dima, krijesnica, plamena svjetiljke na maslac, jarkog bijelog priviđenja, jarkog narančasto-crvenog jačanja priviđenja, jarkog crnog skoro-dosegnuća, i jasnog svjetla - i sve to povezuje s razmišljanjem o praznini. Sve se to događa u okviru triju svijesti o zbivanju: Najprije prepoznamo znak koji se upravo pojavljuje, zatim prethodeći mu znak, te napokon sljedeći u nizu. Primjerice: »Pojavljuju se krijesnice. Dim se upravo izgubio. Sad će se pojaviti plamen.« Iako se tih osam znakova pri meditiranju ne pojavljuju i stvarno, osim kod naprednih jogina, ipak te tri svijesti o zbivanju održavamo radi zbližavanja s tim znakovima. U potpuno zreloom meditiranju, kad dostignemo razinu i stvarnog kultiviranja, mi ostajemo u stanju meditativne koncentracije nad prazninom, pa se znakovi pojavljuju sami od sebe.

BOŽANSKA JOGA

Kod vježbanja u tradiciji Tantra, duhovni razvoj ubrzavamo maštom. Božanska joga od nas traži (1) da zamislimo kako je naš um (iako obično ugnjavljen lošim emocijama) um čiste mudrosti kojeg motivira sućut; (2) da zamijenimo privid našeg običnog tijela (sazdanog od krvi, mesa i kostiju) tijelom izniklim iz mudrosti koju pokreće sućut; i (3) da razvijemo osjećaj čistog jastva utemeljenog na čistom zamišljanju uma i tijela u idealnom okolišu, i to kao potpuno zaokupljenje pomaganjem drugim ljudima. Tako ćemo predočiti sebe kao čovjeka koji posjeduje Buddhino tijelo i njegove sposobnosti, koji obavlja njegove poslove i živi u njegovu ambijentu. U svemu je tome bitna baš mašta. Meditiramo li o sebi zamišljenom u tom idealnom stanju, meditiranje započnimo razmišljanjem o praznini, te pritom razvijmo što je više moguće svijest o praznini opstojanja u sebi. Jer baš se iz te svjesnosti i pojavljuje božanstvo. Um, koji shvaća prazninu, pojavljuje se kao božanstvo, preuzimajući pritom i njegov ambijent, sposobnosti i djela sućuti. U tom je smislu božanska joga spoj mudrosti i sućutne motivacije, pa svješću shvaćamo prazninu, ali se i pojavljujemo i u obliku sućutnog i aktivnog božanstva. U posebnom načinu vježbanja božanske joge, koji nailazimo u Najvišoj jogi tantri, i primjenjujemo šest puta na dan, slično već navedenom postupku najprije razmišljamo o praznini, poslije čega se pridružujemo već onoj razini razumijevanja praznine koju smo dosegli postupnim otkrivanjem osam znakova smrti. U konačnoj fazi, pomoću uma jasnog svjetla mi shvaćamo i prazninu - ili svijest koja oponaša takvo stanje uma - kao temelj iz kojeg ćemo izniknuti u idealnom, sućutnom obliku, kao božanstvo.

Spolno udruživanje i duhovni put

Učeniku koji je stekao čvrstu sućut i mudrost, na njegovu duhovnom putu kao tehnika za strogo fokusiranje svijesti i izražavanje fundamentalnog naravnog uma jasnog svjetla, može poslužiti i spolni snošaj. Njegova je svrha aktualiziranje i produživanje trajanja dubljih razina uma, kako bi se njihova moć iskoristila za jačanje shvaćanja praznine. Snošaj sam po sebi nema baš ništa s kultiviranjem duha, ali ako je netko postigao visoku razinu vježbanja motivacije i mudrosti, onda nas čak i spajanje dvaju spolnih organa, takozvani snošaj, ne odvraća od čistog ponašanja.

Kako nam spolni snošaj pomaže na tom putu? Budući da su sposobnosti grubljih razina uma vrlo ograničene, dok su dublje, suptilnije razine mnogo moćnije, napredni učenici moraju doseći baš do potonjih nivoa. Da bismo to postigli, grublje svijesti moramo oslabiti i privremeno obustaviti, a da bismo to postigli, moramo izazvati dramatične promjene u tokovima raznih oblika unutrašnje energije. Iako se kratke verzije dubljih razina umu pojavljuju dok kišemo i zijevamo, njih očito ne možemo produžiti. Osim toga, da bismo mogli iskoristiti njihovu pojavu u dubokom snu, potrebno nam je prethodno iskustvo s izražavanjem tih dubljih razina. Zahvaljujući tome, za tu nam svrhu može poslužiti i seks. Zahvaljujući posebnim tehnikama koncentriranja u orgazmu, vrsni učenici mogu produžiti ta vrlo duboka, suptilna i moćna stanja pa ih iskoristiti za shvaćanje praznine. Ako, međutim, spolnom činu pristupamo samo u uobičajenom mentalnom kontekstu, onda od njega nemamo baš nikakve koristi.

Otac pokojnoga Sekonga Rinpochaya bio je i veliki učenjak i dobar učenik. Živio je u samostanu Ganden, podosta na jugoistok od Lhase, ali je njegov glavni lama Trin Ngawang Norbu živio u samostanu Drepung zapadno od Lhase. I tako je otac Serkonga Rinpochaya obično živio u Lhasi, pa bi svakog dana rano ujutro krenuo na dugo pješaćenje do Drepunga, gdje bi svom lami donio vodu, pomeo mu stan, pa povremeno preko dana primio i pouku, nakon čega bi se vratio u Lhasu.

Jedne je večeri Serkongov otac naišao na djevojku i prekršio zavjet. Zbog toga mu je bilo strašno žao, pa je sljedećeg jutra sav u suzama otišao u Drepung, ali kad je stigao do lamine sobe, lama je već obavio ceremoniju otkupljenja. Njegov učitelj Trin Ngawang Norbu mu je rekao: »Popustio si napasti, ali je sve u redu. Sad ćeš tantru vježbati s družicom.« To je samo po sebi bilo neobično, no još je neobičnije bilo to što se poslije njezine smrti u samoj kosti njezine lubanje pojavila mantra božice Vajravogini.

U isto je doba živio i još jedan lama, Tabung Rinpochay, koji je prakticirao s družicom. Jednog povoljnog dana tog mjeseca, baš kad je regentu i još nekim drugim starijim lamama poput Trijanga Rinpochaya (koji će postati mojim

mlađim tutorom) davao pouku, održan je ritualni koncert u kojem su svirala i dva glazbala nalik na flautu. Dva su svirača lijevom i desnom rukom, ali u obratnom položaju, zatvarala rupice, pa kad su se pogledali, najednom su zasvirali sasvim različite melodije. Sad su svi prisutni prekinuli zapjevanje i gromoglasno se nasmijali tom čudnom tonu. Kad su, međutim, pogledali Tabunga Rinpochaya, opazili su da on sjedi sasvim nesvjestan svega što se dogodilo, i to unatoč tome što nije zaspao. Tek je kasnije regent shvatio da je baš u tom trenutku Tabung Rinpochay primao pouku s ravnine čiste pojavnosti.

Nekako je baš u to doba trinaesti dalaj-lama pokrenuo istragu o tome koji su lame autentični, i pritom ih pozamašan broj i istjerao, no ipak je u slučaju te dvojice, oca Serkona Rinpochaya i Tabunga Rinpochaya, napravio iznimku. Tako je i službeno priznao njihove izvanredne sposobnosti i posebno pravo da tantru prakticiraju s družicom. To znači da su oni zahvaljujući tome došli do nekih dubljih iskustava, iako mi nije poznato da je igdje zabilježeno da su to oni i sami tvrdili.

ZAKLJUČNI SAVJETI

1. Učenici najviše razine mogu jasno svjetlo-majku, koje zahvaljujući karmi sviće u smrtnom času, preobraziti u svijest duhovnog puta.

2. Na nižim razinama, oni koji svakodnevno vježbaju božansku jogu Najviše joge tantrе zamišljaju pojavu osam znakova smrti u okviru trostruke svijesti o zbivanju, pri čemu prepoznaju znak koji se pojavljuje, znak koji mu prethodi i onaj koji tek dolazi. Mi trebamo uvježbavati čitav taj osmeročlani niz, ali ga i popratiti razmišljanjem o praznini. Svaki od tih članova ima tri dijela, osim prvog i posljednjeg, koji imaju samo po dva:

Pojavljuje se fatamorgana. Sad će osvanuti dim.

Pojavljuje se dim. Upravo je prošla fatamorgana. Sad će osvanuti krijesnice.

Pojavljuju se krijesnice. Upravo je prošao dim. Sad će osvanuti plamen.

Pojavljuje se plamen. Upravo su prošle krijesnice. Sad će osvanuti jarko bijelo priviđenje.

Pojavljuje se jarko bijelo priviđenje. Upravo je prošao plamen. Sad će osvanuti jarko narančasto-crveno jačanje.

Pojavljuje se jarko narančasto-crveno jačanje. Upravo je prošlo jarko bijelo priviđenje. Sad će osvanuti jarka crnina.

Pojavljuje se jarka crnina. Upravo je prošlo jarko narančasto-crveno jačanje. Sad će osvanuti jasno svjetlo.

Pojavljuje se jasno svjetlo. Upravo je prošla jarka crnina.

3. U posebnoj meditativnoj tradiciji Najviše joge tantré, takozvanoj božanskoj jogi, učenici postignutu razinu razumijevanja praznine udružuju s postupnim razotkrivanjem osam znakova smrti. Zatim pomoću uma jasnog svjetla shvaćaju prazninu - ili svijest koja oponaša takvo stanje uma - kao temelj iz kojega niču u idealnom, sućutnom obliku, kao božanstvo.

4. Visoko napredni učenici koji posjeduju čvrstu sućut i mudrost mogu se poslužiti i spolnim snošajem kao sredstvom za jako fokusiranje uma i izražavanje fundamentalnog naravnog uma jasnog svjetla. Unutar tog najdubljeg uma oni shvaćaju prazninu opstojanja u sebi i to na dramatično jak način.

Reagiranje na prelazno stanje

Oni koji odluče »Umrijet ću« prestaju se bojati.
Kako bi se mogli bojati čak i slike smrti!

Buddha

Četnaesta kitica

O neka bismo na mjestu prelaznoga stanja

Dovršili sabrano meditiranje o iluziji tako da poslije odlaska iz jasnoga svjetla

Ustanemo u Tijelu potpunog blaženstva blistajući slavom Buddhinih znakova i ljepota

Iznikavši samo iz vjetra i uma jasnog svjetla smrti.

Kad jogini dovrše shvaćanje praznine pomoću najsuptilnijeg uma, oni već imaju tijelo sazdano samo od vjetra (energije) i uma, te urešenog Buddhinim oznakama i ljepotama.

Tu nipošto nije riječ o pukoj imaginaciji ili imitaciji, nego o stvarnoj činjenici. Umjesto da uđe u prelazno stanje, jogin iz mrtvog stanja ustaje u, kako mi to velimo, iluzornom tijelu, umjesto da uđe u međustanje. To tijelo može biti dvovrsno - ili nečisto iluzorno tijelo, ili Buddhino Tijelo potpunog užitka. Ova kitica izražava želju da doživimo takav potpuni preobražaj.

Um jasnog svjetla i vjetar na kojemu jaši to jasno svjetlo zapravo su jedan entitet, no koji se daje konceptualno podijeliti. Taj vjetar služi kao materijalni uzrok iluzornog tijela, dok um služi kao njegov međuzavisni preduvjet. Ta dva uzroka stvaraju iluzorno tijelo izgledom slično tijelu omiljenog božanstva koje smo zamišljali vježbajući božansku jogu. Ali to nije tijelo od krvi i mesa. Po svojoj je naravi ono naprosto spoj vjetra i uma, bistro i nesputano kao duga.

Govori se da se to idealno biće, ili božanstvo, pojavljuje kao riba što najednom, u potpunom obliku, iskoči iz jezera. Mi smo dugo meditirali zamišljajući se baš kao to božanstvo, kultivirali tu viziju, i u pripremama za preobražaj zamišljali to idealno tijelo. I sad je cilj tog vježbanja napokon ostvaren. Oponašanje je dovelo do stvarnog događaja.

Razine vježbanja

Sve sam se do sada trudio istaknuti važnost vježbanja na prirodnoj nam razini. Najviša joga tantra poznaje tri razine. Sve smo se do sada bavili samo učenicima koji su dosegli visoku razinu vještine, ali ipak nisu za života uspjeli ostvariti najviši podvig, to jest buddhinstvo. Takvi ljudi počinju umirati zbog djelovanja onečišćene karme i loših emocija, ali ako uspiju jasno svjetlo-majku, svjetlo smrti, preobraziti u jasno svjetlo-dijete, svjetlo duhovnog puta, onda takvi ljudi mogu zaobići obično prelazno stanje što vodi u ponovno rođenje i steći stvarno iluzorno tijelo, a ne tijelo tek zamišljeno.

Učenik koji je dosegao sljedeću razinu (a o kojem govori sljedeća kitica) nije sposoban jasno svjetlo smrti preobraziti u stanje duhovnog puta - te stoga i ne može ishoditi stjecanje iluzornog tijela - no on ipak ne trpi običnu smrt. Takav jogin jasno svjetlo smrti preobražava u formu duhovnog puta, pa makar i takvu koja nije sposobna stvoriti iluzorno tijelo. Taj je jogin osim toga sposoban, ne u stvarnosti, nego samo u mašti, pojaviti se u iluzornom tijelu još dok prebiva u običnom prelaznom stanju. Jogin te razine može izabrati oblik ponovnog rođenja, i to snagom svoje sućiti, želja i svijesti o zbivanju.

Učenik sljedeće razine (o kojem govori šestnaesta kitica) ne može preobraziti jasno svjetlo smrti ni u kakav potpuno zajamčeni put ali je zato sposoban, poslije isteka razdoblja nesvjesnosti u kasnijem dijelu uma crnog skoro-dostignuća, stvoriti svijest o zbivanju u smislu tradicije tantra, i to bar u nekom obliku i to pri manifestiranu jasnog svjetla. Takav čovjek prelazi u obično prelazno stanje te se rađa na uobičajen način, ali je i sposoban, zbog dobrih predispozicija - projekcijskog djelovanja ranijih djela - kao i zbog dobrog stjecaja vanjskih i unutrašnjih okolnosti, nastaviti valjano vježbati.

Sve tri razine teže pretvaranju jasnog svjetla svijesti u mudrost koja shvaća prazninu. I zato, prije nastupa faza rasplinuća, sve tri razine postaju svjesne praznine. Napose za rasplinuća zemlje, vode, vatre i vjetra te nicanja četiri praznine - uma jarkog bijelog priviđenja, uma jarkog narančasto-crvenog jačanja priviđenja, uma jarkog crnog skoro-dosegnuća i uma jasnog svjetla - oni stvaraju moć svjesnosti zbivanja i kontempliraju prazninu opstojanja u sebi, besmrtni način postojanja, a u kojem se krije narav svih pojava.

Budući da najviša razina vježbanja može jasno svjetlo smrti preobraziti u svijest koja shvaća prazninu, ona djeluje kao protuotrov koji štiti od nemoćnog umiranja. Od tog trenutka pa nadalje, mi više nismo izloženi umiranju i rađanju. Istinska narav svih pojava, kontemplirana na taj način, stvara besmrtnost (zbog čega se u ovoj pjesmi i naziva »besmrtinom«).

Smrt sviće u stupnjevima, od rasplinuća zemlje u vodu, pa sve do uključivo svanuća jasnog svjetla. Poslije toga, u slučaju obične smrti (ne smrti najnaprednijih jogina), osam se stupnjeva niže u obrnutom slijedu: od jasnog svjetla prelazimo na crno skoro-dostignuće, pa narančasto-crveno jačanje, pa bijelo priviđenje, pa plamen, pa krijesnice, pa fatamorganu. Na kraju običnog

umiranja tri se događaja zbivaju istodobno: (1) jasno se bijelo svjetlo gasi, (2) iz jasnog se svjetla smrti uzdižemo u jarko crno skoro-desegnuće, i tad (3) počinje prelazno stanje (poslije čega nastupaju druge obratne faze). Na sličan se način jogin - koji na prvoj razini Najviše joge tantre vježba samo bivanje u metaforičnom jasnog svjetlu - uzdiže iz jasnog svjetla u skoro-postignuće i pritom stvara iluzorno tijelo. Međutim jogin na prvoj razini Najviše joge tantre kad se uzdiže iz stvarnog jasnog svjetla ne prelazi natraške u um skoro-postignuća i tako dalje. U njegovu slučaju nestaju sve grublje razine uma.

ZAKLJUČNI SAVJETI

1. Visokonapredni učenici mogu iskoristiti obično jasno svjetlo smrti i vjetar na kojemu ono jaše kao supstancijalne uzroke čistog uma odnosno tijela.

2. Da bismo se iz uma jasnog svjetla mogli izdići u čisto tijelo sazdano od vjetra, moramo prije toga uvježbavati zamišljanje kako imamo altruistički motiviran um i tijelo. Ono što izvodimo kao imitaciju, na koncu će dovesti do postignuća u stvarnosti.

3. Da bismo postigli konačnu preobrazbu, ne smijemo se nikako vraćati iz fundamentalnog naravnog uma jasnog svjetla na grublje razine uma. Tako ćemo doseći besmrtno stanje.

Petnaesta kitica

Ako se, a zbog naše karme, uspostavi prelazno stanje

O neka bi se pogrešni prividi pročistili

Kroz neposredno razmatranje i shvaćanje da opstojnost u sebi ne postoji

Ni patnja rođenja, ni smrti, ni prelaznoga stanja.

Pri kraju razdoblja u kojem najsuptilniji um ostaje u tijelu, dolazi do laganog gibanja vjetra na kojemu jaši um jasnoga svjetla, a najsuptilniji vjetar i najsuptilnija svijest napuštaju otvorenu kap od bijelog i crvenog sastojka u srcu, pa izlaze iz tijela. Iz nosa istječe malena količina krvi, baš kao što i iz spolnog organa istječe malena količina esencijalnog bijelog fluida, što nam govori da je tijelo napustila i posljednja razina svijesti, iako se lakvi znakovi znaju i ne pojaviti kod ljudi kojima je tijelo uništila bolest. U tom trenutku tijelo, naime, počinje trunuti i zaudarati.

Najbolji među joginima koji ne uspiju za života postići buddhinstvo, umjesto stupanja u prelazno stanje stječu iluzorno tijelo. Obični ljudi koji su nesposobni ustati u iluzornom tijelu zato što nisu dosegli više shvaćanje,

djelovanjem karme prelaze u obično prelazno stanje. Ako nam se to dogodi, moramo smjesta prepoznati i shvatiti svoju situaciju.

Kad se jasno svjetlo ugasi, pa preostalih sedam stanja počnu svitati obratnim poretkom, to je znak početka prelaznoga stanja. I sada, na početku stanja što postoji između dva života, mi prolazimo kroz osam stanja, baš kao što nam se događa kad se probudimo ili počinjemo sanjati, vraćamo se iz nesvjestice ili orgazma.

8. jasno svjetlo
7. jarko crno nebo uma
6. jarko narančasto-crveno nebo uma
5. jarko bijelo nebo uma
4. plamen svjetiljke
3. krijesnice
2. dim
1. fatamorgana

Kad zaspemo, u snu se pojavljujemo u sanjanom tijelu, pa stoga i u prelaznom stanju najednom stječemo tijelo analogno onom u kojem ćemo se ponovno roditi. To je tijelo počesto nalik našem budućem u dobi od oko pet do šest godina. Baš kao i sanjano tijelo, i ono je sazdano iz uma i vjetra. Vjetar na kojemu jaše um jasnoga svjetla supstancijalni je uzrok tog tijela, ali je on i međuzavisni preduvjet koji doprinosi stvaranju uma prelaznoga stanja. I obratno, um je jasnoga svjetla supstancijalni preduvjet uma prelaznoga stanja i međuzavisni preduvjet koji doprinosi stvaranju tijela bića u prelaznome stanju.

Bio jednom jedan redovnik-službenik iz reda Geluk; bio je dobar učenik, a osim toga i vrlo hrabar. Kad je Kineska oslobodilačka armija stigla u Chambo u tibetskoj pokrajini Kham i »oslobodila« je, on je bio podređen predstavniku tibetske vlade koji je živio kraj tog područja. Predstavnik je smatrao kako je važno sastati se s Kinezima, pa je svoje podređene upitao bi li netko na to bio spreman, no svi su se - osim tog redovnika-službenika i još jednoga - bojali poći. Taj mi je čovjek, pouzdan i hrabar, ispričao kako mu je mati jednom zgodom rekla: »Sad ću duboko zaspiti, i nemoj me dirati.« I tako je čitav tjedan bila u dubokom snu, poslije čega se vratila. Za taj tjedan dana njezina je duša, ili um, obišla razna mjesta. Njezin mi sin nije imao razloga lagati, i nije mi samo prenosio glasine. U ovom slučaju nije bila riječ o umiranju i povratku iz smrti, nego najvjerojatnije o posebnom tijelu iz sna.

U tom prelaznom stanju, budući da nam je tijelo sazdano od vjetra i uma, mi posjedujemo svih pet osjetila, ali nam je tijelo bistro kao duga, te ne baca sjenu, a niti za nama ostaju otisci stopa. Zahvaljujući magičnoj moći karme mi smo prirodno obdareni sposobnošću putovanja, i to izvanredno brzog, oko ovog svjetskog sustava i kroza nj, i pritom nam ne smetaju ni zemlja, ni kamenje, ni brda, ni zgrade; pa ipak, kad jednom uđemo u utrobu svoje nove majke, više ne

možemo otići. Iako se možemo obraćati rodbini, prijateljima i drugim ljudima, oni nas ipak ne čuju i zato nam i ne mogu odgovoriti. A ne vidimo ni sunca, ni mjeseca, ni zvijezda. Unatoč tome što prije nismo bili obdareni vidovitošću, sad smo je stekli - pa makar i u ograničenom opsegu.

Otkrijemo li znakove da smo u tom stanju, trebamo pomisliti: »Umro sam i sad prebivam u prelaznom stanju.« Poslužimo se moćju koju nam daje svijest o zbivanju, da bismo tako shvatili kako su ugodne i neugodne prikaze u prelaznom stanju tvorevine zabludjela uma, pa onda shvatimo i to da nema nikakva smisla vezivati se uz ugodno niti se ljutiti na neugodno. Zamislimo umjesto toga da smo iznikli u iluzornom tijelu, i shvatimo da različiti prividi i patnje što ih donose smrt, prelazno stanje i ponovno rođenje, nemaju nikakvo opstojanje u sebi, da oni nisu istinski. Spoznajmo da te pojave nastaju zbog naših ranijih djela (karme), te da zapravo ne sadrže ni mrvicu istinskih zbivanja.

Baš kao što u božanskoj jogi aktivno zamišljamo kako je sve neograničeno čisto, sazdano iz sućuti i mudrosti, tako sada u prelaznom stanju sva prividna bića doživljavamo kao bogove i božice, i sve prividne ambijente kao prekrasne kuće, te se tako odvajamo od svakog neraspoloženja prema ružnom i sklonosti prema lijepom. Tada težimo tome da sve što sviće sagledavamo kao nešto prazno od opstojanja u sebi, a sve što je prazno, kao hir blaženstva, hir božanstva.

Zaključni savjeti

1. Jako je važno prepoznati znakove da smo u prelaznom stanju.
2. U svim ugodnim i neugodnim prividima i doživljajima trebamo vidjeti samo izraz vlastite dobre ili loše karme.
3. Umjesto da vidimo to što nam dolazi pred oči, zamislimo da smo iznikli u iluzornom tijelu, sva prividna bića zamislimo kao idealne izraze sućuti i mudrosti, a sve prividne okoliše kao prekrasne kuće.
4. Suzdržimo se od gnušanja nad ružnim i divljenja pred lijepim.
5. Shvatimo da su različite pojave, baš kao i patnja što ih donose smrt, prelazno stanje i ponovno rođenje zapravo prazni od opstojanja u sebi, da oni ne postoje sami po sebi.

Šesnaesta kitica

O neka bismo se rodili u čistoj zemlji

Kroz jogu koja preobražava vanjsko, unutrašnje i tajno

Kad pojave se razni znaci - četiri zvuka prekretanja elemenata

Tri strašna privida i neizvjesnosti.

Dok smo živi, svi vjetrovi i koncepcije utonuli su u uobičajene obrasce i nisu u našoj vlasti. U prelaznom pak stanju vjetrovi, ili energije, povezani s četiri elementa izokreću svoje uobičajene obrasce i pritom se stvaraju zastrašujući zvuci. Kad se ruši vjetar zemlje, on silno tutnji kao da se ruše planine. Kad se ruši vjetar vode, čuje se lomljava pobješnjela oceana. Kad se ruši vjetar vatre, divlja huk silnog šumskog požara. A kad se ruši vjetar vjetra, tad urla zavijanje užasnog uragana. Osim toga se pojavljuju zastrašujuće prikaze paklenih bića, gladnih utvara i životinja koje su projekcije naše vlastite karme. Neka se od njih pojavljuju kao Gospodar Smrti, pa vitlaju oružjem i viču: »Udri! Ubij!« pa nas obuzme silan strah.

Mjesto na kojem se nalazimo, društveni oslonci, ponašanje, hrana, prijatelji i osjećaji postaju posve neizvjesnima. Neizvjesnost mjesta znači da stalno stižemo na različita mjesta. Neizvjesnost oslonaca znači da tražimo zaštitu u prolaznom: mostovima, zdencima i tako dalje. Neizvjesnost ponašanja znači da se u hipu mijenjamo i letimo na sve strane poput perca na vjetru. Neizvjesnost hrane znači da vidimo slasna jela, ali ih ne možemo jesti ukoliko nisu namijenjena baš nama. Neizvjesnost prijatelja znači da se počinjemo družiti sa svakim bićem koje slučajno naiđe. Neizvjesnost osjećaja znači da doživljavamo nagle promjene raspoloženja - gdjekad smo veseli, gdjekad se osjećamo bolno, gdjekad tužno, srdito i tako dalje.

Osim toga, u tom se prelaznom stanju pojavljuju tri strašne gudure - silna crvena gudura ako nama vlada požuda, silna siva gudura ako nama vlada neznanje, i silna crna gudura ako nama vlada mržnja. Osim toga se pojavljuju još i četiri staze koje nam govore o našem sljedećem životu. Ako je pred nama, pa ma gdje da krenuli, staza bijeloga svjetla, to znači da ćemo se roditi kao bogovi ili polubogovi. Ako je staza od žutog svjetla, u sljedećem ćemo životu biti ljudi ili životinje. Ako je staza od crnoga svjetla, to nam govori da ćemo se ponovno roditi kao pakleno biće. Ako je staza od crvenog svjetla, to nam govori da ćemo se roditi kao gladni duhovi.

U prelaznom stanju, tijelo onoga tko će se ponovno roditi kao pakleno biće ima boju nagorjele klade; onoga tko će se roditi kao životinja, boju dima; budućega gladnog duha boju vode, tijelo onoga tko će se roditi kao bog carstva želja ili kao čovjek, boju zlata, a budućeg boga carstva oblika, bijelu. I smjer našega kretanja odražava naše ponovno rođenje. Prelazni oblici paklenih bića, gladnih duhova i životinja padaju strmoglavce. Prelazni oblici bogova iz carstva želja (što nam naviješta ponovno rođenje sred velikih užitaka) i ljudi idu ravno naprijed. Prelazni oblici bogova iz carstva oblika (što naviješta rođenje u silnoj koncentraciji) gibaju se prema gore.

To prelazno stanje zna potrajati i samo jedan trenutak, napose ako nam je kreposna karma posebno jaka, što se događa ako smo u sebi stvorili jaku ljubav i sućut, ili pak jaku želju da se ponovno rodimo u Zemlji Čistoće, ili pak kad je

u nama jaka namjera da se rodimo za dobrobit drugih ljudi. To prelazno stanje zna potrajati samo jedan trenutak ako je u nama posebno jasna nekreposna karma, zato što smo, primjerice, ubili oca ili majku. U svim će nas drugim slučajevima tjerati karma obdarena različitim slučajevima svjetla i tame, pa ćemo samo letati na sve strane i tražiti u što da se ponovno rodimo. Ako se to ne dogodi za sedam dana, to prelazno biće umire. Baš kao što se, na početku buđenja iz sna, naše snovito tijelo rasplinjuje poput daha na zrcalu, tako se i naše vjetreno tijelo u prelaznom stanju rasplinjuje s gornjeg i donjeg kraja, i taj proces završava u srcu. U toj malenoj smrti, mi brzo prolazimo kroz osam faza umiranja i to u normalnom poretku, no potom ponovno izničemo u novom prelaznom stanju - ovaj put obrnutim poretkom. U krajnjem slučaju taj se sedmodnevni proces može nastaviti kroz sedam takvih »ponovnih rođenja« u prelazno stanje, što dakle, sve u svemu traje četrdeset devet dana. Neki vele da je dan u tom stanju razmjernan dužini dana bića u čijem ćemo se obliku ponovno roditi - što znači da on u slučaju nekih bića može biti i izvanredno dug - no drugi opet vele da je taj dan dug koliko i naš ljudski dan.

No vratimo se pjesmi. Usred svih tih raznih privida, mi nastojimo ostati mirni i nastojimo postići (1) da naš vanjski okoliš bude prividno sazdan od prekrasnih, neprocjenjivih kuća i okućnica, (2) da nam naša unutrašnja bića (poput paklenih bića, gladnih duhova, životinja, ljudi, polubogova i bogova) izgledaju kao božanstva (bića čija se bit svodi na sućut i mudrost), i (3) da postignemo da nam se tajne (naša vlastita svijest i misli) pričinjaju kao sabrano meditiranje blaženstva stvorenog shvaćanjem praznine. I zato, bez obzira kakav se znak pojavio, svaki se od njih dade izokrenuti vježbom, pa ćemo se baš zahvaljujući njoj nedvojbeno roditi u lijep život. Zahvaljujući moći triju joga koje zamišljaju da su vanjsko, unutrašnje i tajno čisti, mi zapravo težimo za tim da zatvorimo vrata pred rođenjem u nečisti život u našem cikličkom postojanju, te da se umjesto toga ponovno rodimo u posebnoj, uzvišenoj zemlji izdignutoj iznad zagađene karme i loših emocija - u zemlji u kojoj možemo nastaviti vježbati svoju dušu.

Zaključni savjeti

1. Moramo biti spremni na to da će se u prelaznom stanju možda pojaviti mnogi neobični prividi, i to kako prelijepi, tako i strašni. Zato već sada moramo shvatiti: Što god da se pojavi, da se preobraziti maštom.

2. Moramo biti mirni. Zamislimo svoj okoliš kao lijepe kuće podignute u spokojnom krajoliku. Zamislimo da je bit svih bića sućut i mudrost. Smatrajmo i vlastitu svijest blaženim umom što shvaća prazninu.

3. To će nam pribaviti ponovno rođenje na mjestu na koje mu možemo nastaviti vježbati radi postizanja dublje duhovne spoznaje.

Osiguranje povoljnog ponovnog rođenja

Bez obzira koliko blago stekli,
Kad krenemo u drugi život
Sami smo, bez žene i djece,
Bez odjeće, bez prijatelja,
Poput čovjeka kog porazi dušman u pustinji.
Pa kad nemamo čak ni svoje ime,
Što nam je o drugome i misliti?

Buddha

Sedamnaesta kitica

O neka bismo se ponovno rodili u najvišem obliku održavanja života, u čovjeku koji vježba tantru i okrenut je nebu

Ili tijelu samostanskog ili svjetovnog učenika koji će ovladati trima oblicima vježbe

Neka bismo dovršili ostvarenje puta u dva stupnja, stvaranjem i dovršavanjem,

I tako brzo stekli Buddhino tijela - Istinu,

Potpuno blaženstvo i Zračenje duha.

Povezivanje sa sljedećim životom, dok smo još u prelaznom stanju, proces je u kojem se pojavljuju privlačnost i odbojnost. I životinje koje se rađaju iz jaja, dakle izvan tijela, kao i bića što se rađaju iz maternice, vide roditelje ili u spolnom snošaju ili u njegovoj slici, i pritom se u njima stvara želja za roditeljem suprotnog spola i odbojnost prema roditelju istog. Kad prelazno biće poželi zagrliti onog koga želi, najednom od svega vidi samo njegov spolni organ, i zbog toga se naljuti. Na taj način privlačnost i odbojnost dovode do konačne smrti bića prelaznoga stanja.

Sad moramo reći da na taj način prelazno stanje završava samo ponekad, zato što umjetna oplodnja proturječi onome što govore neki naši spisi -

određenije govoreći, da roditelji moraju ležati zajedno u stanju jake spolne uzbuđenosti. Danas, međutim, očevo sjeme možemo čuvati u laboratoriju, i zatim ga, bez ikakvog spolnog uzbuđenja, ubaciti u majčinu maternicu. Taj postupak koji proturječi nekim našim svetim spisima danas je postao dio stvarnosti, i mi to moramo prihvatiti. Kao sljedbenici tradicije Samostanskog sveučilišta Nalanda iz stare Indije, mi moramo prihvaćati i razum i istraživanje. A s tog je stanovišta naše uobičajeno objašnjenje nepotpuno.

Recimo, međutim i to da čak i u buddhističkim svetim spisima nalazimo priču o bračnom paru koji se odlučio na celibat, pa je on prešao u redovnike, a ona u redovnice. Jednoga je, međutim, dana muž, pod utjecajem sjećanja na prošlost, nasrnuo na svoju bivšu ženu. Kad joj je dotakao tijelo, na njezinu se odjeću izlilo njegovo sjeme. Kasnije je i ona potpala pod dojam uspomena, pa nešto ejakulata stavila u rodnicu. Nakon nekog se vremena rodilo dijete. Tako, dakle, čak i taj stari buddhistički spis proturječi učenju da do začeca dolazi samo kad se par nađe u spolnom zagrljaju.

Slično se tome priča da se čak i loza samog Shakvamuni Buddhe dade pratiti sve do čovjeka koga su zvali Sunčevim Prijateljem, i to zato što je sjeme njegova oca, koje je palo na list, zagrijalo sunce, pa se tako stvorilo dvoje djece. Te dvije priče, koje su nekad izgledale kao bajke, danas je ostvarila znanost, lako se općenito može reći da do začeca u pravilu dolazi pod izvjesnim okolnostima, ipak treba dodati da to baš nije uvijek tako. U skladu s tim, konac prelaznoga stanja ne mora nužno predmnijevati privlačnost prema roditelju suprotnog spola niti silnu razočaranost što na kraju vidimo samo spolni organ.

Dok traje umiranje prelaznoga stanja, biće brzo prolazi kroz osam faza i to normalnim redom:

1. jasno svjetlo
2. jarko crno nebo uma
3. jarko narančasto-crveno nebo uma
4. jarko bijelo nebo uma
5. plamen svjetiljke
6. krijesnice
7. dim
8. fatamorgana

U trenutku začeca, biće prolazi kroz preostalih sedam, ali obratnim redom:

7. jarko crno nebo uma
6. jarko narančasto-crveno nebo uma
5. jarko bijelo nebo uma
4. plamen svjetiljke
3. krijesnice

2. dim

1. fatamorgana

O tome kako biće ulazi u maternicu postoje različite pretpostavke. Neki spisi govore da ulazi kroz muškarčeva usta ili tjeme, pa zatim prolazi kroz njegovo tijelo i kroz falos napokon dospijeva u maternicu. Drugi pak tekstovi kazuju da biće u maternicu ulazi izravno kroz ženinu rodnicu. Čovjek u kojemu prevladava vrlina pritom će se osjećati kao da ulazi u ugodnu kuću i čuje ugodne zvukove. Čovjek pak u kojem prevladava opakost, osjećat će se kao da ulazi u močvaru ili tamnu šumu usred razuzdane halabuke.

Vrlo suptilni vjetar i um bića ulaze u materijal (jajašce ili spermatozoid) što ih daju roditelji. U fetusu, koji je u tom trenutku velik kao poveće zrno gorušice, stvara se središnji kanal, baš kao i desni i lijevi kanal koji ga triput obilaze. Tada se uzlazni i silazni vjetar počinju gibati u svojim smjerovima i sva se tri kanala produžuju. Tako se tijelo postupno razvija da bi napokon izašlo iz maternice.

Stalnim održavanjem duhovnih vježbi, kako je to objašnjeno u prethodnim kiticama pjesme prvog pančen-lame, možemo postići da se ponovno rodimo u posebnom fizičkom tijelu, koje nas održava na životu, a u kojem ćemo biti sposobni dovršiti ostatak puta tantre koji vodi do punog prosvjetljenja. Tako se možemo ponovno roditi na neobičnim mjestima na kojima žive bića zvana »nebo-žitelji« i koja prakticiraju tantru, ili pak na drugim, običnijim mjestima na kojima postoje učenje, gurui i sloboda vježbanja duha. Pri takvim povoljnim ponovnim rođenjima mi polažemo zavjet o čistoći života, pa dolazimo u posjed tri dara - moralnog života, sabrane meditacije i mudrosti - kao korijena našeg duhovnog napretka. Polazeći od toga kao temelja, truditi ćemo se dovršiti ostvarenje dvaju stupnjeva Najviše joge tantre:

božanske joge udružene s meditacijom o praznini i osmerim znakovima smrti,

božanske joge udružene s meditacijom o praznini, povlačenjem vjetrova u središnji kanal i aktualizacijom dubljih razina svijesti.

Kroz te ćemo stupnjeve prevaliti preostale korake do buddhinstva, stanja potpunog služenja drugim ljudima. Završna želja u pjesmi prvog pančen-lame odnosi se baš na takav budući život. Ne zaboravimo, krajnji je cilj buddhističkog vježbanja duha služenje drugima, a da bismo dosegli najdjelotvornije stanje služenja, moramo najprije ostvariti čistoću tijela i uma. A cilj je pomoći golemom broju osjetilnih bića i to na bezbroj načina.

Kad vježbamo, ne smijemo dopustiti da duhovni put bude tek nešto izvan nas, nego svoj vlastiti um moramo pretvoriti u duhovni put. U suprotnom, makar i počnemo marljivo vježbati, nakon nekog ćemo se vremena umoriti, pa će nam sve to postati čak i dosadno. I nemojmo samo recitirati riječi pjesme

prvog pančen-lame zvane Želje za oslobađanjem iz opasnog tjesnaca prelaznoga stanja, za oslobađanjem junaka od straha, nego ih svakodnevno i usvajajmo refleksivnom meditacijom, unosimo njihovo značenje u svoj um. To je moj savjet.

ZAKLJUČNI SAVJETI

1. Usmjerimo svoje ponovno rođenje tako da se rodimo s tijelom i u prilikama koji nam omogućuju da stignemo do kraja započetog duhovnog puta.
2. Cilj je potpunog prosvjetljenja potpuno služenje drugima.

Svakodnevna razmišljanja o pjesmi

Baš kao što se snažna struja slapa
Ne može natrag okrenuti,
Tako je i gibanje života ljudskog
Nepovratno.

Buddha

Evo pjesme prvog pančen-lame u cjelovitom obliku.
Želje za oslobađanjem iz opasnog tjesnaca prelaznoga
stanja, za oslobađanjem junaka od straha

Napisao prvi pančen-lama
Losang Chokvi Gveltsen

1.

Ja i sva bića u čitavom svemiru i bez izuzetka
Pribježište tražimo sve do najvišeg prosvjetljenja
U prošlim, sadašnjim i budućim Buddhama, u Doktrini i Duhovnoj
zajednici.
O neka bismo bili izbavljeni od strahova ovoga života, sljedećeg i
prelaznoga stanja.

2.

O neka bismo iz onoga što nas drži na životu izvukli smislenu bit
A da nas ne skrenu besmisleni poslovi ovoga života,
Zato što nam taj valjani temelj, do kojeg je tako teško doći a raspada se tako
lako,
Daje priliku da biramo između dobitka i gubitka, udobnosti i bijede.

3.

O neka bismo shvatili da nema vremena za gubljenje,

Jer smrt je izvjesna a neizvjestan joj čas.

Što se skupilo, razdvojit će se, što se nabralo, potrošit će se bez ostatka.

Na kraju uspona dolazi pad, konac je rođenja smrt.

4.

O neka bismo se oslobodili nesnosne patnje zbog smrti od raznih razloga

Jer ovo je grad pogrešnih predodžbi o promatraču i promatranom.

Iluzorno je tijelo sazdano od četiri nečista elementa

A svijesti samo što se nisu razdvojile.

5.

O neka bismo se oslobodili pogrešnih privida što ih stvara nevrлина

Kad nam se, prevarenima u času nevolje od ovog tijela održavanog tako skupo,

Strašni dušmani - gospodari smrti - uskazuju

A mi se ubijamo oružjem triju otrova: požude, mržnje i smetenosti.

O neka bismo se sjetili uputa za vježbanje duše

U času kad liječnici od nas dižu ruke i ne pomažu obredi,

Kad prijatelji se već odriču nade u naš život,

Te nam ne preostaje da radimo išta drugo.

7.

O neka bismo se uzdali u radost i veselje

Kad za sobom ostavljamo hranu i zgrnuta blaga i svu bijedu života

I zauvijek se odvajamo od prijatelja ljubljenih i željenih,

Te sami odlazimo u pogibeljno stanje.

O neka bismo stvorili moćni um vrline

Kad se elementi - zemlja, voda, vatra i vjetar - postupno rasplinu sve jedan za drugim,

I tjelesna se snaga gubi, i usta se i nos suše i skupljaju,

Toplina se povlači, dah je sipnja, i zvukovi se halabuke dižu.

9.

O neka bismo shvatili besmrtni način postojanja

Kad se prikaze razne, zabunom našom stvorene, utvare jezive i strašne
 A napose kad se fatamorgana, dim i krijesnice ukažu
 I nestanu nositelji osamdeset predodžbi koje nas vode.

10.

O neka bismo stvorili snažnu svijest o zbivanju u sebi i oko sebe
 Kad se sastojak vjetar počne rasplinjavati u svijest
 I prestaje stalno vanjsko disanje, a grube se dvojstvene pojave rasplinjuju,
 A sviće privid u liku svjetiljke na maslac.

11.

O neka bismo sami spoznali svoju narav
 Kroz jogu koja shvaća da su cikličko postojanje i nirvana prazni
 Kad se privid, rast i stanje blisko prosvjetljenju rasplinu - prvi u potonje -
 I doživljaji poput prozimajuće mjesečine, sunca i tame svanu.

12.

O neka bi se jasno svjetlo-majka i dijete susreli
 Kad se stanje blisko prosvjetljenju raspline u potpunu prazninu
 I sva umnožavanja predodžbi prestanu i doživljaj
 Nalik na jesenje nebo nezagađeno ničim svane.

13.

O neka bismo se zadubili u samo na jedno usmjerenu duboku meditaciju
 U uznesenoj mudrosti združenog naravnog blaženstva i praznine
 Dok traju četiri praznine nakon taljenja Mjesecu sličnog bijelog sastojka
 Na vatri gromu slične Moćne Žene.

14.

O neka bismo na mjestu prelaznoga stanja
 Dopršili sabrano meditiranje o iluziji tako da poslije odlaska iz jasnoga
 svjetla

Ustanemo u Tijelu potpunog blaženstva blistajući slavom Buddhinih
 znakova i ljepota

Iznikavši samo iz vjetra i uma jasnog svjetla smrti.

15.

Ako se, a zbog naše karme, uspostavi prelazno stanje
O neka bi se pogrešni prividi pročistili
Kroz neposredno razmatranje i shvaćanje da opstojnost u sebi ne postoji
Ni patnja rođenja, ni smrti, ni prelaznoga stanja.

16.

O neka bismo se rodili u čistoj zemlji
Kroz jogu koja preobražava vanjsko, unutrašnje i tajno
Kad pojave se razni znaci - četiri zvuka prekretanja elemenata
Tri strašna privida i neizvjesnosti.

17.

O neka bismo se ponovno rodili u najvišem obliku održavanja života, u
čovjeku koji vježba tantru i okrenut je nebu

Ili tijelu samostanskog ili svjetovnog učenika koji će ovladati trima oblicima
vježbe

I neka bismo dovršili ostvarenje puta u dva stupnja, stvaranjem i
dovršavanjem,

I tako brzo stekli Buddhino tijelo - Istinu, Potpuno blaženstvo i Zračenje
duha.

Dodatak

Pjesma, njezin sažetak i zaključni savjeti

Slijedi pjesma prvog pančen-lame sa sažetcima pojedinih kitica i zaključnim savjetima.

Želje za oslobađanjem iz opasnog tjesnaca prelaznoga stanja, za oslobađanjem junaka od straha

Napisao prvi pančen-lama

Losang Chokvi Gveltsen

Prva katica:

Pribježište i briga za druge ljude, želje za zaštitom od strahova ovog i sljedećeg života, kao i prelaznoga stanja

Ja i sva bića u čitavom svemiru i bez izuzetka

Pribježište tražimo sve do najvišeg prosvjetljenja

U prošlim, sadašnjim i budućim Buddhama,

u Doktrini i Duhovnoj zajednici.

O neka bismo bili izbavljeni od strahova ovoga života, sljedećeg i prelaznoga stanja.

1. Motiv za vježbanje mora nam biti dobrobit svih živih bića - njihovo oslobođenje od patnje i postizanje savršenstva. Uvijek svoje motive, koliko je god to moguće, usmjerimo na pomaganje drugima. Ili bar pokušavamo nikome ne nauditi.

2. Buddhe su učitelji duhovnog puta, ali oni spoznaju ne daju na dar, nego moramo sami svakodnevno vježbati ćudorednost, sabrano meditiranje i mudrost.

Druga katica: Kontempliranje o besmislenosti života i tome kako je teško naći tijelo koje nas u njemu održava, želje da se dopre do njegove biti

O neka bismo iz onoga što nas drži na životu izvukli smislenu bit
 A da nas ne skrenu besmisleni poslovi ovoga života,
 Zato što nam taj valjani temelj, do kojeg je tako teško doći a raspada se tako
 lako,

Daje priliku da biramo između dobitka i gubitka, udobnosti i bijede.

1. Shvatimo kolika je vrijednost ljudskog tijela kojim smo obdareni, jer je ono plod mnogih prošlih dobrih uzroka. Uočimo činjenicu da je nauk dostupan i spreman za primjenu.

2. Budući da ovaj dragocjeni ljudski život možemo iskoristiti na snažno koristan ili razoran način, a on je sam vrlo loman, smjesta ga pametno iskoristimo.

Dodatak

3. Tjelesna je sreća samo izraz povremene ravnoteže elemenata u tijelu, a ne i duboke harmonije. Shvatimo što zapravo znači njegova privremenost.

4. Ukroćeni um izaziva u nama spokojstvo, opuštenost i sreću, no ako nam um nije spokojan i ukroćen, bez obzira kakve bile vanjske okolnosti, opsjedat će nas strahovi i brige. Shvatimo da je izvor naše sreće i blagostanja spokojni i ukroćeni um. A on je osim toga blagodat i za ljude oko nas.

Treća kitica: Svijest o netrajnosti i smrti, želje za oslobođenjem od vezanosti za cikličko postojanje

O neka bismo shvatili da nema vremena za gubljenje,

Jer smrt je izvjesna a neizvjestan joj čas.

Što se skupilo, razdvojit će se, što se nabralo,
 potrošit će se bez ostatka.

Na kraju uspona dolazi pad, konac je rođenja smrt.

1. Kultiviramo li u sebi svijest o neizvjesnosti smrtnoga časa, bolje ćemo iskoristiti svoje vrijeme.

2. Da bismo izbjegli odgađanje duhovnih vježbi, moramo paziti da ne potpadnemo pod utjecaj iluzije o trajnosti.

3. Shvatimo da je, bez obzira koliko je neka situacija bila krasna, već u samoj njezinoj naravi da mora završiti.

4. Nemojmo misliti da će kasnije biti vremena.

6. Budimo iskreni u suočavanju s vlastitom smrću. Vješto potičimo i druge da budu takvi. Kad se približi čas smrti, nemojmo se obmanjivati komplimentima. Iskrenost će potaknuti hrabrost i radost.

Četvrta kitica: Želje da pri umiranju ne doživimo nesnosne patnje

O neka bismo se oslobodili nesnosne patnje zbog smrti od raznih razloga

Jer ovo je grad pogrešnih predodžbi o promatraču i promatranom.

Iluzorno je tijelo sazdano od četiri nečista elementa

A svijesti samo što se nisu razdvojile.

1. Počnimo vježbati već sada, kako bi u trenutku smrti sila naše upoznatosti s vrlinom utjecala na naš stav.

2. Gledajmo u svom tijelu istinski grad zabluda, jer iako nam se ono, kad ga okupamo, pričinja čistim, baš kao i izvorom blaženstva, nečim trajnim i pod našom vlašću, ono to nipošto nije. Ono je stvoreno iz četiri elementa (zemlje, vode, vatre i vjetra), te je podložno bolu, a osim toga se već i samo od sebe mijenja iz časa u čas.

3. Nama se čini da ljudi i stvari postoje vlastitom silom, a neznanje prihvaća tu lažnu vanjštinu, što izaziva loše emocije: požudu, mržnju i još veću smetenost. Te loše emocije sa svoje strane zagađuju djelovanje tijela, govora i uma, perpetuirajući proces cikličkog postojanja. Moramo shvatiti da živimo u gradu pogrešnih predodžbi.

Peta kitica: Želje za smirivanjem pogrešnih privida koji se javljaju pri umiranju

O neka bismo se oslobodili pogrešnih privida što ih stvara nevrлина

Kad nam se, prevarenima u času nevolje od ovog tijela održavanog tako skupo,

Strašni dušmani - gospodari smrti - uskazuju

A mi se ubijamo oružjem triju otrova: požude, mržnje i smetenosti.

1. Shvatimo da će nas ovo tijelo, koje tako skupo održavamo, jednog dana napustiti.

2. Izbjegavajmo žudnju za prilikama koje napuštamo.

3. Izbjegavajmo mržnju zbog toga što moramo otići.

4. Držimo se što je moguće dalje od požude, mržnje i neznanja, tako da dok umiremo možemo kreposno meditirati.

5. Shvatimo da uzimanjem pilule ili injekcije za takozvanu spokojnu smrt sebi možda oduzimamo kritičnu priliku za izražavanje kreposti.

Šesta kitica: Želje da dok umiremo budemo svjesni pouke što smo je primili

O neka bismo se sjetili uputa za vježbanje duše
 U času kad liječnici od nas dižu ruke i ne pomažu obredi,
 Kad prijatelji se već odriču nade u naš život,
 Te nam ne preostaje da radimo išta drugo.

1. Korisno je shvatiti da će u jednom trenutku nestati svake nade u nastavak ovoga života. Od tog nas časa više ni liječnici, ni svećenici, ni prijatelji, ni rođaci neće moći održati u ovom životu; od tada pa nadalje pomoći ćemo si moći samo sami.

2. Dok umiremo, moramo se prisjetiti duhovnih uputa u skladu s našom razinom vježbanja, pa ih provesti u djelo.

3. Moramo se zblížiti s vlastitom vježbom. Moramo biti odlučni to duhovno usmjerenje održavati u svim prilikama, pa ma kako da bile teške. Moramo vršiti mnoga kreposna djela kako bi njihova akumulirana sila mogla utjecati na sve aspekte našega života i smrti. Moramo shvatiti da patnja niče iz samoobožavanja, te stoga moramo početi obožavati druge ljude. I moramo često poželjeti da svoje duhovne vježbe nastavimo i kroz buduće živote.

4. Kad netko umire, čuvajmo se da ga ne uznemirimo i to kako jačim vezivanjem za sebe, tako i poticanjem srdžbe i mržnje. Ne naričimo zbog njegova odlaska, nemojmo ga hvatati niti pred njim plakati. Pomožimo mu da smisleno ode, a to ćemo očitati podsjećanjem na dublje meditacije.

5. Ako je to ikako moguće, zamolimo druge da isto učine za nas. Pobrinimo se da se kraj nas nađe netko tko će nam s vremena na vrijeme tiho govoriti u uho i podsjećati na specifični duševni stav koji bismo trebali izraziti.

Sedma kitica: Želja da umremo u radosnom samopouzdanju

O neka bismo se uzdali u radost i veselje
 Kad za sobom ostavljamo hranu i zgrnuta blaga i svu bijedu života
 I zauvijek se odvajamo od prijatelja ljubljenih i željenih,
 Te sami odlazimo u pogibeljno stanje.

1. Da nas misao na smrt ne bi bacila u depresiju, potražimo zaklon u svojoj religiji, u sućuti prema svim bićima; razmišljajmo o tome koliko je važno izvući

esenciju sadašnjeg života, u kojem su nam dani i dokolica i sve potrebno za duhovno vježbanje, te stalno razmišljajmo o netrajnosti.

2. Ako smo položili te temelje za efikasno prisjećanje na ranije vježbe u trenutku smrti, onda će nas čak i užasna zbivanja i priviđenja koja pritom mogu nastupiti, samo potaknuti na mir i meditiranje u radosti i sa samouvjerenošću.

Osma kitica: Želje da stvorimo moćni um vrline kad se pojave vanjski znakovi rasplinjavanja elemenata

O neka bismo stvorili moćni um vrline

Kad se elementi - zemlja, voda, vatra i vjetar - postupno rasplinu sve jedan za drugim,

I tjelesna se snaga gubi, a usta i nos se suše i skupljaju,

Toplina se povlači, dah je sipnja, i zvukovi se halabuke dižu.

1. Da nas proces umiranja, kad jednom počne, ne bi iznenadio, moramo naučiti stupnjeve rasplinjavanja četiri elementa i njihove prateće vanjske znakove, maločas iznesene, kao i unutrašnje znakove, opisane u kitici što slijedi.

2. Moramo paziti da, kad se približi smrt, dobre predispozicije pothranjujemo i aktiviramo kreposnim stavovima.

3. Predznaci se smrti znaju pojaviti godinu-dvije prije njezina dolaska. Oni nas upozoravaju da se moramo pripremiti, no bolje se spremi još i prije njih.

Deveta kitica: Želje da uzmognemo sačuvati razumijevanje dublje realnosti kad počne svitanje unutrašnjih znakova

O neka bismo shvatili besmrtni način postojanja

Kad se prikaze razne, zabunom našom stvorene, utvare jezive i strašne

A napose kad se fatamorgana, dim i krijesnice ukazu

I nestanu nositelji osamdeset predodžbi koje nas vode.

1. Moramo shvatiti da bezbroj privida, od kojih su neki čak zastrašujući i užasni, a koji se znadu pojaviti pri umiranju, potječe od karme. Ne dopustimo da nas one ometu.

2. Upoznajmo prve tri od osam prikaza: fatamorgana kao u pustinji, oblačići dima iz dimnjaka ili rijetki dim u prostoriji, te napokon krijesnice ili iskre u pepelu na dnu voka.

Deseta kitica: Želje da, kad se gruba dualistička pojava raspline, u sebi stvorimo snažnu svijest o ranijem kreposnom zbivanju

O neka bismo stvorili snažnu svijest o zbivanju u sebi i oko sebe
 Kad se sastojak vjetar počne rasplinjavati u svijest
 I prestaje stalno vanjsko disanje, a grube se dvojstvene pojave rasplinjuju,
 A sviće privid u liku svjetiljke na maslac.

1. Iako um i materija imaju različite supstancijalne uzroke, oni djeluju jedno na drugo na mnogo načina.
2. Poslije tri unutrašnja znaka - fatamorgane, dima i krijesnica - dolazi i četvrti, nalik plamenu svjetiljke na maslac ili svijeće, koji je u prvi čas treperav, no onda se ustali.
3. Iako u tom trenutku prestaje vanjsko disanje kroz nos te više nema svjesnih reakcija na vanjske poticaje, čovjek još nije umro. Dobro je ne uznemiravati tijelo sve dok smrt ne dođe do kraja.
4. Uspijemo li održati punu svijest i introspekciju koji nam omogućuju prepoznavanje trenutne faze unutrašnjeg procesa, to može izazvati snažno shvaćanje i potpomoći povoljno ponovno rođenje.

Jedanaesta kitica: Želje da, u trenutku kad se iskažu tri prve praznine, neposredno shvatimo narav vlastitog uma

O neka bismo sami spoznali svoju narav
 Kroz jogu koja shvaća da su cikličko postojanje i nirvana prazni
 Kad se privid, rast i stanje blisko prosvjetljenju rasplinu - prvi u potonje -
 I doživljaji poput prožimajuće mjesečine, sunca i tame svanu.

1. Razmislimo kako različiti stavovi i ideje imaju različitu snagu u smislu gibanja vjetrova prema njihovim objektima.
2. Shvatimo da poslije četiri unutrašnja znaka, to jest fatamorgane, dima, krijesnica i plamena (svjetiljke na maslac ili svijeće, u prvi čas treperavog, no koji se poslije ustali), sviću tri suptilna uma: um bijelog priviđenja, um narančastocrvenog jačanja priviđenja, um svitanja crnog skoro-dosegnuća.
3. Ne zaboravimo da moramo težiti tome da pomoću ta tri suptilnija uma shvatimo istinu o praznini.
4. Praznina ne znači nepostojanje, nego ona predstavlja odsustvo opstojanja u sebi pojava, i to kako živih bića tako i stvari.

5. Naučimo analizirati pojave. Usredotočimo se na pitanje jesu li one ijedan od svojih individualnih dijelova, ili zbir svojih dijelova, ili nešto posve drugo. To će nam ukazati na to da pojave ne postoje na konkretan način, a kako nam se priviđa.

6. Svi uzroci i posljedice, agensi i djela, dobro i zlo, postoje samo uvriježeno; oni su ovisno nastali.

7. Njihova je krajnja istina odsutnost neovisnosti ili praznina opstojanja u sebi. To je ono što mudrost shvaća, pa time podriva neznanje što stoji iza požude i mržnje, kao i patnje koju one stvaraju.

8. Pomoću te joge upoznajmo krajnju narav sebe, baš kao i svih drugih pojava.

Dvanaesta kitica: Želje za susretom jasnog svjetla-majke i djeteta kad se pojavi četvrta praznina

O neka bi se jasno svjetlo-majka i dijete susreli
 Kad se stanje blisko prosvjetljenju raspline u potpunu prazninu
 I sva umnožavanja predodžbi prestanu i doživljaj
 Nalik na jesenje nebo nezagađeno ničim svane.

1. Konačna faza u procesu umiranja nastupa kad svane fundamentalni naravni um jasnog svjetla. Taj um postoji neprekidno i oduvijek u vremenu koje nema početka, te će zauvijek i nastaviti postojati.

2. Ostvarimo li najviši cilj, tad u buddhinstvu (prosvjetljenju), postajemo sposobni ostati u naravnom umu jasnog svjetla bez prolaženja kroz obrnuti proces spuštanja na grublje razine svijesti. Od tog trenutka više nam se ne pruža prilika za skupljanje karme.

3. Čak i kod običnog čovjeka koji ne vježba jogu, u trenutku smrti sviće stanje u kojem više nema grubih priviđa, no visokorazvijeni učenik teži tome da taj um iskoristi za shvaćanje istine, praznine opstojanja u sebi, i to pomoću moći koja potječe iz upoznatosti s tim stanjem, a koja se stječe meditacijom o praznini.

4. Obični um jasnoga svjetla koji se iskazuje u konačnoj fazi umiranja zovemo jasnim svjetlom-majkom, a jasno svjetlo koje nastaje kultiviranjem duhovnoga puta zovemo jasnim svjetlom-djetetom.

5. Kad se jasno svjetlo-majka, koje sviće zahvaljujući karmi, preobrazi u duhovnu svijest koja je spoznala prazninu - dakle u jasno svjetlo-dijete - tu preobrazbu zovemo susret jasnog svjetla-majke i djeteta.

Trinaesta kitica: Želje da se između egzaltirane mudrosti blaženstva i praznine u četvrtoj praznini nađemo u meditativnoj ravnoteži koja spaja naravno blaženstvo i prazninu

O neka bismo se zadubili u samo na jedno usmjerenu duboku meditaciju
 U uznesenoj mudrosti združenog naravnog blaženstva i praznine
 Dok traju četiri praznine nakon taljenja Mjesecu sličnog bijelog sastojka
 Na vatri gromu slične Moćne Žene.

1. Učenici najviše razine mogu jasno svjetlo-majku, koje zahvaljujući karmi sviće u smrtnom času, preobraziti u svijest duhovnog puta.

2. Na nižim razinama, oni koji svakodnevno vježbaju božansku jogu Najviše joge tantre zamišljaju pojavu osam znakova smrti u okviru trostruke svijesti o zbivanju, pri čemu prepoznaju znak koji se pojavljuje, znak koji mu prethodi, i onaj koji tek dolazi. Mi trebamo uvježbavati čitav taj osmeročlani niz, ali ga i popratiti razmišljanjem o praznini. Svaki od tih članova ima tri dijela, osim prvog i posljednjeg, koji imaju samo po dva:

Pojavljuje se fatamorgana. Sad će osvanuti dim.

Pojavljuje se dim. Upravo je prošla fatamorgana. Sad će osvanuti krijesnice.

Pojavljaju se krijesnice. Upravo je prošao dim. Sad će osvanuti plamen.

Pojavljuje plamen. Upravo su prošle krijesnice. Sad će osvanuti jarko bijelo priviđenje.

Pojavljuje se jarko bijelo priviđenje. Upravo je prošao plamen. Sad će osvanuti jarko narančasto-crveno jačanje.

Pojavljuje se jarko narančasto-crveno jačanje. Upravo je prošlo jarko bijelo priviđenje. Sad će osvanuti jarka crnina.

Pojavljuje se jarka crnina. Upravo je prošlo jarko narančasto-crveno jačanje. Sad će osvanuti jasno svjetlo.

Pojavljuje se jasno svjetlo. Upravo je prošla jarka crnina.

3. U posebnoj meditativnoj tradiciji Najviše joge tantre, takozvanoj božanskoj jogi, učenici postignutu razinu razumijevanja praznine udružuju s postupnim razotkrivanjem osam znakova smrti. Zatim pomoću uma jasnog svjetla shvaćaju prazninu - ili svijest koja oponaša takvo stanje uma - kao temelj iz kojega niču u idealnom, sućutnom obliku, kao božanstvo.

4. Visoko napredni učenici koji posjeduju čvrstu sućut i mudrost mogu se poslužiti i spolnim snošajem kao sredstvom za jako fokusiranje uma i izražavanje fundamentalnog naravnog uma jasnog svjetla. Unutar tog najdubljeg uma oni shvaćaju prazninu opstojanja u sebi i to na dramatično jak način.

Četnaesta kitica: Želje da umjesto proživljavanja prelaznoga stanja steknemo iluzorno tijelo

O neka bismo na mjestu prelaznoga stanja

Dovršili sabrano meditiranje o iluziji tako da poslije odlaska iz jasnoga svjetla

Ustanemo u Tijelu potpunog blaženstva blistajući slavom Buddhinih znakova i ljepota

Iznikavši samo iz vjetra i uma jasnog svjetla smrti.

1. Visokonapredni učenici mogu iskoristiti obično jasno svjetlo smrti i vjetar na kojemu ono jaše kao supstancijalne uzroke čistog uma odnosno tijela.

2. Da bismo se iz uma jasnog svjetla mogli izdići u čisto tijelo sazdano od vjetra, moramo prije toga uvježbavati zamišljanje kako imamo alturistički motiviran um i tijelo. Ono što izvodimo kao imitaciju, na koncu će dovesti do postignuća u stvarnosti.

3. Da bismo postigli konačnu preobrazbu, ne smijemo se nikako vraćati iz fundamentalnog naravnog uma jasnog svjetla na grublje razine uma. Tako ćemo doseći besmrtno stanje.

Petnaesta kitica: Želje da se pogrešni prividi što se pojavljuju u običnom prelaznom stanju pojave kao radost čistoće

Ako se, a zbog naše karme, uspostavi prelazno stanje

O neka bi se pogrešni prividi pročistili

Kroz neposredno razmatranje i shvaćanje da opstojnost u sebi ne postoji

Ni patnja rođenja, ni smrti, ni prelaznoga stanja.

1. Jako je važno prepoznati znakove da smo u prelaznom stanju.

2. U svim ugodnim i neugodnim prividima i doživljajima trebamo vidjeti samo izraz vlastite dobre ili loše karme.

3. Umjesto da vidimo to što nam dolazi pred oči, zamislimo da smo iznikli u iluzornom tijelu, sva prividna bića zamislimo kao idealne izraze sućuti i mudrosti, a sve prividne okoliše kao prekrasne kuće.

4. Suzdržimo se od gnušanja nad ružnim i divljenja pred lijepim.

5. Shvatimo da su različite pojave, baš kao i patnja što ih donose smrt, prelazno stanje i ponovno rođenje zapravo prazni od opstojanja u sebi, da oni ne postoje sami po sebi.

Šesnaesta kitica: Želje da se ponovno rodimo u čistoj zemlji zahvaljujući snazi joge koja preobražava vanjsko, unutrašnje i tajno

O neka bismo se rodili u čistoj zemlji
 Kroz jogu koja preobražava vanjsko, unutrašnje i tajno
 Kad pojave se razni znaci - četiri zvuka prekretanja elemenata
 Tri strašna privida i neizvjesnosti.

1. Moramo biti spremni na to da će se u prelaznom stanju možda pojaviti mnogi neobični prividi, i to kako prelijepi, tako i strašni. Zato već sada moramo shvatiti: Što god da se pojavi, da se preobraziti maštom.

2. Moramo biti mirni. Zamislimo svoj okoliš kao lijepe kuće podignute u spokojnom krajoliku. Zamislimo da je bit svih bića sućut i mudrost. Smatrajmo i vlastitu svijest blaženim umom što shvaća prazninu.

3. To će nam pribaviti ponovno rođenje na mjestu na kojemu možemo nastaviti vježbati radi postizanja dublje duhovne spoznaje.

Sedamnaesta kitica: Želja da se rodimo na smislen način

O neka bismo se ponovno rodili u najvišem obliku održavanja života, u čovjeku koji vježba tantru i okrenut je nebu

Ili tijelu samostanskog ili svjetovnog učenika koji će ovladati trima oblicima vježbe

Neka bismo dovršili ostvarenje puta u dva stupnja, stvaranjem i dovršavanjem,

I tako brzo stekli Buddhino tijela - Istinu, Potpuno blaženstvo i Zračenje duha.

ZAKLJUČNI SAVJETI

1. Usmjerimo svoje ponovno rođenje tako da se rodimo s tijelom i u prilikama koji nam omogućuju da stignemo do kraja započetog duhovnog puta.

2. Cilj je potpunog prosvjetljenja potpuno služenje drugima.